

اس کتاب کا حق طبع و نشر و طبعی عالم و پیر و سنی کی طرف سے منظور ہوئی۔ صاحب کو حق طبع ہو

محمد رفیع

# علم النفس

مؤلفہ  
الحاج مرزا محمد علی صاحب شفق راپوری

۱۹۵۹ تا ۱۹۶۲ء  
**مجلہ اعمال تارہ رامپور**  
 اول - دوم (نوٹسٹیک مجلہ)

روحانیات کے نامور ائمہ محمود علی شفق رامپوری کی ترتیب

روحانی حکومت، استعمارے فالنا، نبو جات فالنامہ جات، اسم اعظم، تاریخ، ادب،  
 بھٹی ٹوٹکے، دست غیب قدرت اور سائنس اور شمس، اسرار نقیوت، راس  
 جسم کندی، جسم پتری، جفری ٹوٹکے، حادثات، علم نجوم، علم الجفر، علم الارل، علم القیام،  
 علم النفس، علم ساندک، مستطی، علم الحروف، عمل سورۃ حق، خیر عن الغیر، زکوٰۃ کے  
 عملیات، نقطۃ الحقیقت، روحانی پیکلے، ارضی و سماوی حالات، تاثیر قرآن،  
 فال قرآن، روز فقر، ملوک الکلام، قرص زر، مجرب اعمال، استجاب دعا  
 مردان غیب، قوت ارادی، مثلث ہندی، عمل سورۃ المنزل، خواب کی حقیقت،  
 کشف القبور، خاص اعمال، تجوید شمس، منبر ہمزاد، طب قدرت، کرشمہ قدرت،  
 جادو، حالات سیارگان، ہندوید، فتح نامہ، سانپ کا عمل، تحفہ ربانی، پیر کامل،  
 سحر روحانی، غیلان، سعید سامت، نظرات پیشینگوئی، عمل تسخیر، چاند گرن، اعمال  
 ہمزاد، طلسم خاص، بجالی منصب، طب روحانی، نقش معظّم، فراست الیہ، روحانی سفر  
 رُوح دسان، اوراد خاصہ، آسیب نقوش خاصہ، نقش اصحاب کہف، رحمت ہتری  
 ایام معدّ خمس، چہل کاف کا عمل، شعبہ سیارگان، تسخیر عام، رحمت فالنامہ،  
 عمل مشرقی۔

حصہ اول - ۲۷۵/-، حصہ دوم - ۲۷۵/-، مکمل - ۵۵۰/- روپے  
 محصول ڈاک بندہ خریدار تفصیلی فہرست کتب عملیات طب کیمیائی کے ہمراہ روانہ ہوگی

مکتب خانہ نشان اسلام راجت بارکیٹ چوک اردو بازار لاہور پاکستان  
 فون - ۱۱۲۰ ۳۵۷

# نذر عقیدہ

میں اپنی ناچیز مگر دنیاۓ علم میں کامل بلکہ اکمل تصنیف کو  
 نہایت عزت و احترام سے جناب محترم مرزا ناصر الدین  
 مسعود صاحب بہادر سکریٹری کونسل راجپور شیٹ کے  
 اسم گرامی سے معنون کرتا ہوں۔

گر قبول افتد زہے عز و شرف

شفیق

# حزینۃ الاسرار (اُردو فوٹو سٹیٹ)

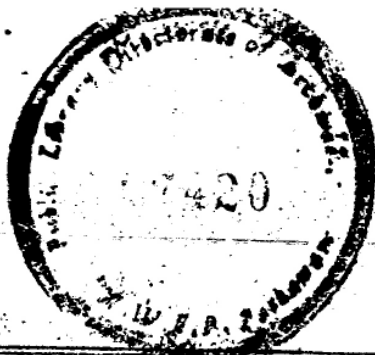
## در محبوب الابرار حضرت امام حق نازکی رحمۃ اللہ علیہ

اعمال و اوداد کلام الہی، احادیث نیت، ذکر الہی کی نیتیں، الدین النصیحة، شرافت کلام الہی، اسرار روحی، ترتیب سورہ جمع القرآن، رسم الخط، تعلیم قرآن مجید، مکیم قرآن مجید، مراقبہ و استقامت، اسرار نماز، زوافل ہر قسم راتوں اور دنوں کی فضیلت، زوافل رمضان، زوافل مصائب قرآن سے طلب شفا، جائزہم اور جھاڑا، طلب بارش، مصنف کے تجربہ ذاتی، خواص آیات قرآنی، زانی مرد عورت کی، علاج کا عمل، گھروں سے جن نکالنا، حاضری مفرد کے لئے عمل روحانی، آئینہ ارسول کے فضائل، نقشبندی سلسلہ کے بعض مشائخ کے اعمال، قرآنی سورتوں اور آیتوں کے روحانی اسرار و اشارات غریبہ، اسرار الحمد و روحانی تسبیح و تہنیت، وحیہ کلبی کی حکایت، ختم خواجگان، ابن عربی کا رسالہ السلوک الی الحق کا ترجمہ، مرشد کامل شیخ سہروردی کی وصیت و غیرہ اعمال روحانی۔ صفحات ۱۴۰ قیمت - ۲۲۵/۲۰ روپے طب حکمت عملیات و تعویذات علم کیمیا و کشتہ جات امراض مردان و نسوان کی کتب کی تفصیلی فہرست کتاب کے ہمراہ روانہ ہوگی۔

کُتُب خانۂ شانِ اسلام

رلعت مارکیٹ چوک اردو بازار لاہور پاکستان فون ۳۵۱۱۲۰





بسم الله الرحمن الرحيم

[illegible]

علم و حکمت کو کیا طاقت کہ علم النفس کی توضیح و تشریح کر سکے نفس ایک جوہر شریف اور صفت لطیف ہے جس کی اہمیت اور لطافت من عرف فمکتہ فمکتہ عرف مکتہ سے واضح اور واضح ہے۔ علمائے متین اور اولیائے کاملین بھی اس بحرِ خفا اور دریا نا پید اکنا کے ساحل تک نہ پہنچ سکے۔ پھر کہاں میں اور کہاں بہ علمِ خلیع المرتبت۔

”مراۓتہ ہے کہ میں جانوں یہ سرکاروں کی باتیں ہیں۔“ لیکن ۱۹۳۲ء سے ۱۹۴۲ء تک میں اپنے رسالے (حال روحانی عالم۔ سابق روحانی دنیا) میں ہر جہت علم النفس پر حسبِ حوصلہ و علم بحث کرتا رہا ہوں۔ ان تمام مضامین پریشان درخشاں کو اگر نظم و ترتیب میں منسلک اور منظم کر دیا۔ تاکہ شائقین علم النفس کو پاشاں اور افتاں مضامین مجموعی حالت اور صورت میں مل سکیں اور اس طرح فہم و ادراک سے قریب ہو سکیں۔

اس سے قبل بعض چھوٹے چھوٹے رسالے اس علم پر ضرور دیکھے گئے۔ لیکن کوئی مبسوط اور شرح کتاب علم النفس پر میری نظر سے نہیں گزری۔ عالمانِ ہندو اس علم کو مروجہ کہتے ہیں اور یہ علم ان کی کتابوں میں قدیم سے چلا آتا ہے۔ لیکن جب نفس قدیم ہے اسے مراد و قدیم نہیں جو حادث کے مقابلہ پر ہے، تو اس کا علم بھی قدیم ہے۔ مسلمانوں نے جہاں دنیا بھر کے علوم میں حق تحقیق و تدقیق اور آیا ہاں علم النفس بھی ان کے قلمِ انجمن کا ممنون۔ مرہون ہے اور مسلمانوں کی وقار و نقادہی اسی مختصر رسالے سے آپ معلوم کر سکتے ہیں۔ باوجودیکہ اسلام کی تحقیق کے مقابلہ میں یہ رسالہ ایک ذرہ ہے ریختان نا پید اکنا کا اور ایک قطرہ ہے دریائے خفا کا۔ لیکن اس جامعیت اور خصوصیت کے ساتھ علم النفس پر کوئی بھی اپنے بیان کی کتاب پیش نہیں کر سکتا۔ دنیا کا کتب خانہ اس علم پر اس جامعیت سے غالی نظر آئے گا۔ مجھے امید ہے کہ تشنگانِ ختمہ علم النفس اس سارے کیف افزا سے سیراب ہو سکیں گے۔

نوشته بماند سیہ بر سپید      لایب زندہ نیست فردا امید

یہ کتاب اس وقت بھی کسی کے زیر نظر ہوگی جب شفق خاک میں معدوم ہو چکا ہوگا  
میں ناظر۔ اسے اس کتاب کے مطالعہ کرنے والے اللہ کے واسطے شفق کے لئے دعائے  
مغفرت کراؤ اور اس کی گناہ آلودہ روح کو تحفہ دعائے شاد کر۔ اللہ تعالیٰ تیری بھی  
مغفرت کرے۔ آمین۔

بداں اَسْعَدَ لَكَ اللهُ تَعَالَى فِي الدَّارِ مِجَن نَفْسٍ نَفْتَحُ زِيْنَ وَسَكُونٍ فَاِيَنْفُسٍ  
بِغَيْثِ قَدَرَتِ كَايَا سِرْبَتَهُ رَا زِيْجُوْا اَجْنَكُ حَلْ نَهْ مِهْرَسَا - نفس کا دوسرا نام روح  
ہے جس کی مابہیت اور حقیقت ازل سے اب تک محبوب و مستور رہی۔ فداقی روح  
والجسد نے قُلِّی السَّوْجِ مَن اَمِی رَجِی کا حکم واجب الانقیاد جاری فرما کر اسان وادہان پر  
مہر کر دی۔ اور آئندہ بحث و تجسس کا دروازہ بند کرو یا نفس یقین لغت میں معنی دم آیا  
ہے اور وہ جذب کرنا پسیم کا ناک یا منہ کے ذریعہ سے اور نفی زون و سکون فاعلی  
روح و جان و حقیقت ہر شے صاحب قاموس و صراح نے معنی خون بھی لکھا ہے۔  
اور صاحب چراغ ہدایت نے معنی آلت تناسل بھی مستعمل ہونا ثابت کیا ہے (مجھے اس  
اتفاق نہیں) مگر اراکہ لغات میں مختلف تشریح کی گئی ہے۔ لیکن اُسے روح کہیے  
یا جان یا سانس یا خون۔ سوال یہ ہے کہ آخر یہ ہے کیا؟ یہ تو ظاہر ہے کہ انسانی  
زیست کا دار و مدار اسی آمد و شد اور ربط و قبض پر ہے۔ ہر نفسے کہ فرمود  
موجبات است و چون برمی آید مفرح ذات“ حکما کا قول ہے کہ یہ ایک جوہر  
بسیط ہے کہ بذاتہ اور اراکہ معتقلات کر لے۔ لیکن اس نکتہ پر محققین کا اختلاف ہے کہ وہ  
جسم ہے یا جسمانی۔ یہ تفصیلات اور تاویلات بہت ہی طویل ہیں۔ چونکہ میرا موضوع  
اور مطلب اراکہ نفس سے نہیں بلکہ اثرات نفس سے ہے۔ اس لئے میں اس بحث کو  
نظر انداز کرتا ہوں۔ اور اس لئے کہ علماء کی باہمی گفت و شنید صرف زو و طبیعت  
ہے۔ ورنہ درحقیقت روح کی تمام بحث و فتر لے معنی ہے اور۔ اس دفتر لے معنی

غرق تے ناب اقلے "مختصر یہ ہے کہ نفس ایک جوہر بسیط ہے جو تمام حصہ جسم میں  
 طاری و ساری ہے۔ حسب احکام شریعت اس کا نام روح۔ اور موافق اصطلاح  
 حکماء اس کا نام نفس ہے۔ اور جس طرح جسم اور جسمانی کی بحبت مانند شب و فراق  
 طولانی ہے۔ اسی طرح امر اور خلق کا اختلاف سلسلہ امید کی طرح ناقابل قیل ہے  
 لیکن شریعت نے اسے امر ہی قرار دیا ہے "قل الروح من امر ربی" ارباب  
 تصوف نے نفس کو سات قسم پر تقسیم کیا ہے۔ وھذا التقسیم الذنوس ستبعہ  
 اول نفس امارہ۔ عالم شہوات سے اس کا تعلق ہے۔ خواہشات اور نفسیات کی  
 انجخت اس سے متعلق ہے۔ مکروہات اور معصیات کا منبع اور منہیات و مبہات کا  
 مرجع ہے اس کا محل صدر ہے یعنی سینہ میں اس کا قیام ہے۔ منکرات و فواحشات  
 اس کی واقعیت ہے۔ ان النفس الامارۃ یحکمہ بالتوہ اجسام پر وارد ہوتا ہے۔  
 اس کا رنگ نیلگوں سرخی مائل ہے۔ ستارہ مزج سے اس کا تعلق ہے۔ اس کی جہت  
 غیر اللہ ہے۔ وھو نفس اللوامتہ عالم برزخ سے اس کا تعلق ہے اور محل نظور  
 دل ہے۔ محبت و مودت۔ رحم و شفقت اس کی طبیعت ہے۔ طریقت پر داخل ہوتا  
 ہے۔ رنگ اس کا زرد ہے۔ اس کی جہت اللہ ہے۔ اس کا تعلق قر سے ہے۔ سوم  
 نفس الملئیۃ عالم ارواح سے اس کا تعلق ہے اس کا منظر علی اللہ ہے۔ مقام اور  
 ملکوت روح ہے۔ اس کی خواہش عشق ہے عشق کے خیمے اس منبع سے پھرتے ہیں  
 معرفت پر وارد ہوتا ہے اس کا رنگ سرخ ہے۔ شمس سے اس کا تعلق ہے۔ چہارم  
 نفس الطینۃ ہے۔ قرآن پاک میں اسے غاص انداز سے خطاب کیا گیا ہے یا ایہا النفس  
 المطمینۃ الرجعی إلحی ویکف مرءضہ من ضیہ۔ اس کی  
 ترویج گاہ نبع اللہ ہے۔ عالم حقیقت سے اس کا تعلق ہے۔ اس کا نام برہ پند ہوتا ہے  
 ہے۔ اس کی تمنا اصل ہے۔ حقیقت پر وارد ہوتا ہے۔ اس کا رنگ سفید ہے۔ سوہرہ ہے

اس کا تعلق ہے۔ پیغمبر نفس الرانیہ۔ اس کی جبرت فی اللہ ہے۔ عالم لاہوت سے  
 اس کا تعلق ہے۔ اس کا محل سر الہیہ ہے۔ اس کی خواہش فنا ہے۔ اور اسے حقیقت کا  
 ادراک کرتا ہے۔ اس کا نور سبز ہے۔ ستارہ مشتری سے منسوب ہے۔ ششم نفس المرئیہ  
 اس کی جولانگاہ عن اللہ ہے۔ عالم ذات سے اسے نسبت ہے۔ اس کا محل انحاء مریہ  
 دل ہے۔ اس کی فطرت جبرت ہے۔ کئی ذات کا ادراک کرتا ہے۔ اس کا رنگ سیاہ  
 ہے۔ اس لئے کہ ذات پرودہ جبرت ہی میں پوشیدہ ہے۔ ستارہ زحل سے اس کا تعلق  
 ہے۔ ہفتم نفس الکام ہے اس کی نگاہ بظرافت باطن ہے۔ اور اسی طرف اشارہ  
 متن عرفت نفسه فقد عرفت ربہ کا۔ عالم وحدت سے اس کا تعلق  
 ہے۔ اس کی فطرت بقا ہے (اس لئے حضور علیہ السلام کو حیات انبی تسلیم کیا گیا ہے۔  
 مگر اس کا نور معین نہیں۔ وحدت میں کثرت اور کثرت میں وحدت کا رنگ اختیار  
 کرتا ہے۔ اور دھواں دما نیکنوں سے جوٹ کر تار اس پر چھایا ہے۔ شب معراج  
 میں جب حضور علیہ السلام فلوت نامہ فاس منہ ذکات قاب قوسین پر جلوہ  
 فرماتے۔ بخشش امت کی بخت و بال بھی جاری تھی۔ یہ وحدت میں کثرت کا تماشا ہے۔ اور  
 نفس الکامل کا اثر تھا۔ اور اس کا نص و مقام نبی معین نہیں۔ جیسا کہ حضور علیہ السلام کے  
 خصائص میں ہے کہ ایک وقت فائزہ حضور علیہ السلام کی (نور کا نام) اور حضرت  
 زینب کی طرف منسوب ہو جاتے تھے۔ حضرت بلال سے حکم فرماتے تھے۔ اور دوسرے  
 وقت حضرت جبریل علیہ السلام کی طرف بھی توجہ نہیں فرماتے تھے۔ اس نفس متین کا تعلق  
 عطار سے ہے۔ اس تقیم سے آپ کو معلوم ہو گا کہ اس کی سات قمییں ہیں اور سبعہ  
 سیارگان سے اس کا تعلق ہے۔ جن اصحاب و عالم انفس کو صرف دو ستاروں (دش و  
 فریاد) ختم کر دیا ہے۔ عدم تفکر و تبصرہ کی دلیل ہے۔ ان کی چشم ظاہر میں نے ناک کے دو ستاروں  
 کا اعتبار کرتے ہوئے۔ دو ستاروں سے ہی مضروب کر کے اس علم کو ختم کر دیا۔ حالانکہ یہ نظر غلطی

اور میں آئندہ چکر اس پر مفصل بحث کروں گا۔ اس تقسیم نے اس بحث کا دروازہ کھول دیا  
 کہ آیا یہ تقسیم بحیثیت ذات ہے یا باعتبار صفات۔ یعنی کیا نفس باعتبار ذات واحد ہے  
 اور باعتبار صفت منقسم ہے۔ یا اس تقسیم کے ساتھ ذات اور حقیقت بھی منقسم اور متغایر  
 ہو جاتی ہے۔ ارسطو کی تحقیق یہ ہے کہ نفس باعتبار صفات منقسم ہے اور بحیثیت  
 ذات واحد ہے۔ اور اکثر فلاولے ارسطو کی تتبع کرتے ہوئے نفس کو باعتبار ذات  
 واحد اور باعتبار صفت منقسم تسلیم کیا ہے۔ لیکن افلاطون۔ بقراط جالیسنوس کی  
 تحقیق ہے کہ یہ تقسیم باعتبار صفات نہیں بلکہ باعتبار ذات ہے۔ یعنی یہ اتسام ہی  
 بجائے خود ذات ہے۔ اور ایک جماعت محققین اور مشکین کی ان کی بھی ہمنوا ہے لیکن  
 میں ارسطو کی تحقیق کو ہی مقبہر مانتا ہوں۔ مشاہدہ شاہد ہے کہ ایک انسان میں دو قتا  
 فوقتاً تغیر تبدیل ہوتا رہتا ہے۔ ایک انسان کبھی نیک۔ کبھی بد۔ کبھی رنجیدہ  
 ہے۔ کبھی خوش۔ اگر نفس کا باعتبار ذات تقسیم ہونا مان لیا جائے تو پھر تغیرات  
 انقلابات کا تسلیم کرنا محال ہو جائیگا۔ اور تغیرات کا انکار بدہیئات کا انکار ہے  
 کما کہ حقیقی محلی الطبع السلیم۔ ہاں یہ توجہ یہ ہو سکتی ہے کہ ایک انسان میں نفس کا  
 تبادلہ ہوتا رہتا ہے مگر اس کی رکاکت اہل نظر پر پوشیدہ نہیں۔ فطرت اور طہیزت  
 تبدیل نہیں ہوتی تعلیم و تعلم یا کسی دوسرے ذرائع سے حقیقت اشیاء تبدیل نہیں  
 ہوتی۔ اس بنا پر ایک جماعت نے یہ کہہ دیا ہے کہ وجود سے انکار کر دیا ہے۔ کیونکہ تبدیل  
 حقیقت متغیر ہے۔ البتہ صفات متغیر ہوتے ہیں۔ اور یہ نظریہ محتاج دلیل نہیں کہ  
 تعلیم و تعلم سے نفس کی اصلاح ہو جاتی ہے۔ وہ اونٹ سے اونٹ اور اعلیٰ سے اونٹ کی  
 طرف مائل ہوتا رہتا ہے۔ اگر تقسیم ذاتی مان لی جائے تو پھر تغیر و تبدیل محال ہو جائیگا  
 اور قطع نظر دوسرے شعبوں کے شریعت میں بڑی الجھنیں پیدا ہو جائیں گی۔ اور  
 یہی وہ بحث ہے جس نے جبر یہ اور قدر یہ فرقوں کو پیدا کیا۔ اور یہی مسئلہ

جزا سزا کا منبع اور مطلع ہے۔ اور یہی فرع ہے تقدیر و تدبیر کی۔ قرآن پاک میں بھی  
متضاد آیات اس سلسلے سے متعلق مافی جاتی ہیں، اور جبر و اختیار کی بحث آج تک  
غیر ختم ہے۔ در سب تقسیم ذاتی اور صفاتی کا ہی جھگڑا ہے۔ مثلاً ایک جگہ قرآن پاک نے  
نفس کو باعتبار ذات واحد تسلیم کیا ہے مثلاً **ہم بکم عیسیٰ فہم لا یرجعون**  
اور **ختم اللہ علی قلوبہم و علی سمعہم و علی ابصارہم فہم غشاوۃ**  
اور **من عند اللہ فلا مضل لہ ومن ینزلہ فلا ہادی لہ**  
لیکن دوسری جگہ نفس کی ذاتی تقسیم پر زور دیا گیا ہے۔ مثلاً **اِنَّہ کانت قواۃ**  
**او لیسک لہ فساد الا ما سئف** اور **احد فانہ راۃ للستقیم**  
اور بہت سی آیات قرآنیہ میں جو لفظ ہر ایک دوسری کی لغات نظر آتی ہیں جس میں  
ایک طرف نفس کے ذاتی ہونے پر دلیل ملتی ہے اور دوسری صفاتی ہونے پر۔ لیکن  
حقیقت یہی ہے کہ یہ تقسیم صفاتی ہے۔ اور نفس امارہ تعلیم، علم، توبہ اور اعتقاد  
مجاہدہ، رباعیات، عبادت، تقویٰ سے نفس لوامہ و مطمئہ، مرضیہ وغیرہ وغیرہ  
بن سکتا ہے اور اس کے لئے کسی دلیل کی ضرورت نہیں۔ ایک آدمی شوق و فحشوں  
مبتلا ہے۔ زنا، چوری، شراب اور تمام لوازمات نفس امارہ اس میں جمع ہیں اور  
اس پر مداومت اور سزا و عتاب ہے۔ لیکن یکا یک وہ پٹکا کھاتا ہے اس میں انقلاب  
آتا ہے۔ وہ تمام محاسبات سے توبہ کر لیتا ہے اور زنا و عباد بن جاتا ہے اب ہم اسے  
نفس امارہ کے دائرہ سے خارج کریں گے۔ اور یہی دلیل ہے کہ نفس باعتبار ذات  
نہیں بلکہ باعتبار صفت تقسیم ہے۔

اس بدیہی اور فانی ہونی بات کی تشریح بیکار ہے کہ انسان کی زندگی کا دار و  
مدار سانس پر ہے۔ بالفاظ صحیح زندگی کا نام ہی نفس ہے۔ اس کا عدم وجود انسان کا  
عدم و وجود ہے۔ باقی اعضا تو مرنے کے بعد بھی قائم و بحال رہتے ہیں۔ لیکن موت کا فترتے

نفس کے عدم پر ہی دیا جاتا ہے۔ اگر آپ تجربہ کریں تو معلوم ہو گا کہ مرنے سے قبل (ایک  
 گھنٹہ سے دو گھنٹہ تک) ناک کے راستہ سے سانس کی آمد و رفت کم ہو جاتی ہے۔ اور  
 منہ کے ذریعہ زیادہ شروع ہو جاتی ہے۔ اور مرنے وقت منہ کے راستہ ہی سے  
 سانس یعنی روح نکلتی ہے۔ اس کے یہ معنی ہیں کہ چونکہ ناک کے نھنوں کا تعلق  
 سیارگان سے ہے۔ اور اب وہ آخری وقت آ گیا ہے کہ سیارگان سے تعلق اور  
 نسبت قطع ہو چکی ہے۔ اس کے نھنوں سے سانس کی آمد و رفت بھی منقطع ہو جاتی  
 ہے۔ اور جب انسان میں حیات کی پہلی برقی لہر دوڑتی ہے (شکم مادر میں) تو بچہ  
 منہ سے ہی سانس لیتا ہے جب اس کا سلسلہ سیارگان سے ملتا ہے تو ناک کے ذریعہ  
 سے آمد و رفت شروع ہو جاتی ہے۔ مکمل تجربہ کیا ہے کہ مرنے سے تین روز  
 قبل (زیادہ سے زیادہ) خوشبو اور بدبو کا احساس انسان میں مفقود ہو جاتا ہے  
 یعنی موت کا اثر نفس پر ہو جاتا ہے۔ موت کے قریب ہونے کی نمایاں علامتیں یہ ہیں  
 ناک کا ابترائی حصہ مڑ جاتا ہے اور نھنے پکچک جاتے ہیں۔ بال بکھر جاتے ہیں۔ دانت  
 سفید اور بعض حالات میں سیاہ ہو جاتے ہیں۔ انسانی مشینری میں محرک پرزہ  
 سانس اور محض سانس ہے جب تک یہ پرزہ حرکت میں ہے۔ تمام مشینری حرکت  
 میں ہے اور جب اس پرزہ کی حرکت بند ہو جاتی ہے تو تمام مشینری معطل اور بیگار  
 ہو جاتی ہے۔ لہذا نفس کا نام ہی انسان۔ اور انسان کا ہی نام نفس ہے۔ اور نفس کا  
 نام ہی حیات انسانی اور حیات انسانی کا ہی نام نفس ہے۔ جس قدر دیگر علوم ہیں۔ مثلاً  
 نجوم۔ رمل۔ جفر وغیرہ یہ سب فروع اور علم النفس حقیقت ہے۔ لیکن عوام  
 میں متداول نہ ہونے کی وجہ سے یہ تشریف علم کس میر سی کی حالت میں پڑا ہوا ہے۔ جیوی  
 تحقیق اور تجربہ یہ ہے کہ کوئی علم علوم متعارفہ و منسوبہ سے اس علم کی ہم سہی نہیں کر سکتا  
 یہ قدرتی علم ہے۔ اگر کوئی صاحب اسپر تھری سنی محنت کرے کہ عبور اور تجربہ



ماہل کر لیں تو معلوم ہو جائیگا کہ اس علم کی ہمسری کوئی سلام نہیں کر سکتا۔ اور اظہار ہے  
 ہے کہ بالکل سیدھا سا دھا اور اس کے قوانین صاف ستھور۔ کسی طرح کی مشکلات  
 اس میں نہیں۔ نہ اشاروں کے گورکھ دھندلے اس میں ہیں اور نہ حروف کے  
 پیچ و تاب۔ نہ اس علم میں عربی اور فارسی کی ضرورت ہے نہ سنسکرت اور ہندی کی  
 نہ مستحکم کی دشوار گزار وادیاں ہیں اور نہ رصد گاہوں کی جگہ کہ انہ درجہ نہیں  
 ہیں۔ سیدھی اور صاف سڑک ہے جو بغیر کسی ممالحت اور مشکل سے کے ایوان مقصود  
 تک پہنچ جاتی ہے۔

میں نے کئی رسالے باہرین کی تصنیف کے اس موضوع پر دیکھے ہیں۔ لیکن مہری  
 نظریں وہ ناتواں ہیں اور میں امید کرتا ہوں کہ یہ رسالہ تمامی مطالب و مفاد پر  
 حاوی ہو گا۔

ارباب علم و حکمت پر پوشیدہ نہیں کہ انسانی حیات کا اختتام نفوس کی شمار  
 ہے۔ قدرت نے جس قدر شمار معین کی ہے موت وہ شمار ختم ہو جاتی ہے بعض حکماء نے  
 اس راہ کو پایا تھا۔ اور اپنی زندگی سہ ہا سال تک پہنچانے میں کامیاب  
 ہوئے تھے۔ اور یہ ہی معنی ہیں اس آیت شریفہ کے۔ اِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ  
 لَا يَسْتَأْذِنُ وَلَا يَجِدُ فِيهَا مُقَدَّرًا یعنی جب اجل پہنچتی  
 ہے تو ایک ساعت کی تاخیر و تاخیر نہیں ہو سکتی۔ اِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ یعنی جب تعداد  
 نفوس ختم ہو جاتی ہے تو پھر رشتہ حیات منقطع ہو جاتا ہے۔ قدرت نے ناک کے  
 سوراخ سانس لینے کے لئے بنائے ہیں۔ یہ ہی وہ دروازے ہیں جن سے ہماری  
 حیات کا سلسلہ قائم ہے۔ جو لوگ مرنے سے سانس لیتے ہیں وہ قانون قدرت کو ہلکا  
 درزی کرتے ہیں۔ اور کسی بیماری میں مبتلا ہو کر قبل از وقت موت کے پہنچے  
 میں گرفتار ہو جاتے ہیں۔ قدرت کا انتظام دیکھتے کہ ناک کے سوراخوں میں بال

بھی پیدا کر دیئے ہیں یہ بال عیث نہیں۔ بلکہ جات کے دروازوں میں آتی  
 سلاخیں ہیں تاکہ کوئی منہ سے داخل نہ ہو سکے۔ کشش منس جو نیم جذب کرتا ہے  
 اور اس میں نظر نہ آنیوالے جراثیم شامل ہوتے ہیں۔ وہ سب ان بالوں میں ایک  
 جلتے ہیں۔ گویا ناک کے تنہے قدرت کی چیلنی میں جس کے ذریعہ سے پودا جنم چین کر  
 جاتی ہے۔ لہذا آپ اس کی مدد و امت اور عادت کریں کہ منہ سے سانس نہ لیا کریں۔ یہ  
 عادت خلاف تہذیب بھی ہے۔ قانون قدرت کے بھی خلاف ہے۔ اور متعدد بیماریاں  
 کا پیش خیمہ ہے۔ دوسری عادت یہ پیدا کریں کہ سانس رک رک کر لیا کریں۔ بے تحاشہ  
 پلے ور پلے بغیر کسی سکون کے سانس لینا زندگی بھی بکرتا ہے اور بیماریاں بھی پیدا ہوتی  
 ہیں جو پہلوان کثرت کرتے اور ڈنر پیتے ہیں انکی عمر عموماً کم ہوتی ہے۔ عزت عزت  
 اور مزدوری کرنے والے لوگ بھی عموماً کم عمر والے ہوتے ہیں۔ اس سے میری مراد  
 یہ نہیں کہ ورزش پوری چیز ہے۔ ورزش صحت کے لئے ضروری شے ہے مگر اس کی  
 حد یہ ہی ہے کہ سانس نہ پھولنے پائے۔ جب سانس پر زور پڑتا دکھائی دے ورزش  
 ختم کر دو۔ سانس کا پھولنا اور ورزش پر ورزش کے جانا بہتر نہیں ہے۔ غرض کہ سانس  
 چہرہ ہاری حیات کا دار و مدار ہے بہت ہی حفاظت کی مستحق ہے۔ اگر تم صاحب  
 شعور اور قدرت کے قدر دان ہو تو سانس کا کوئی حصہ بھی ضائع نہ ہوئے۔ دو تجربہ  
 شاہد ہے کہ جب سانس زور زور سے چلتی ہے تو دل کی دھڑکن اور جھٹکا بھی تیز  
 ہو جاتی ہے۔ یعنی سانس کی رفتار پر دل کی تڑپ منحصر ہے۔ اور ظاہر ہے کہ جب  
 دل کی تڑپ معمول سے زیادہ ہوگی تو اس میں کمزوری پیدا ہوگی اور دل کی  
 کمزوری جو بدنتائج پیدا کرتی ہے وہ ظاہر ہے۔

اب سوال یہ ہے کہ واقعی ہماری زندگی کا دار و مدار سانس پر ہے۔ مگر  
 اس سے دنیوی کاموں کی اچھائی اور برائی کی کیا نسبت۔ قدرت نے اسے ماحیا

بنایا ہے۔ نہ کہ سعادت و خوشست اس سے متعلق ہے۔ اگر ہمارا کوئی کام بن گیا تو اس  
 میں سانس کا کیا کام تھا۔ اور بگڑ گیا تو اس میں سانس کا کیا تصور تھا۔ اسے دنیوی  
 کاموں پر مضبوط کرنا زینت کلاہ کے سوا کچھ نہیں۔ ایک بے بنیاد حقیقت پر عمارت  
 کھڑی کر دی گئی ہے۔ میں اس کے ثبوت میں تین مضبوط اور مستحکم دلیلیں پیش  
 کرتا ہوں جس سے معلوم ہو جائیگا کہ سانس علاوہ ناپید حیات ہونیکے سبب قدرت کا  
 ایک معمور خزانہ ہے اور اس میں ایسے ایسے حقیقت کے راز پنہاں ہیں کہ جس کو  
 دیکھ کر شعرت بچوں پر قربان ہونے کو جی چاہتا ہے۔ پہلی دلیل تو یہ ہے کہ کائنات کا  
 ذرہ ذرہ وابستہ گردش سیارگان ہے۔ عالم غلی کہ عالم علوی سے ایک خاص تعلق  
 ہے۔ یا یوں کہئے کہ ایک زنجیر میں دونوں بندھے ہوئے ہیں۔ سیارگان کی نقل و  
 حرکت گردش و رفتار طبقات زمین پر عکس ہوتی ہے۔ رات اور دن کا تغیر موسموں کی  
 تبدیلی گرمی اور جاڑا۔ بارش اور خشکی یہ سب انقلابات سیارگان کی حرکت سے  
 ہی منسوب ہیں۔ پھلون کا رنگ و روپ زراعتوں کا اگنا اور یکنا سب سیارگان  
 ہی متعلق ہے اور اس پر زیادہ دلیل کی ضرورت نہیں کہ اجرام فلکی مخفی اور علانیہ  
 طریق پر کدھ ارضی کے ذرہ ذرہ کو بذریعہ کشش مادی اپنے عمل اور اثر کا آماجگاہ  
 بنا رہے ہیں۔ پھر کوئی وجہ نہیں کہ ہم ایک ایسی مشین کو جو حقیقتاً دنیا کی بنیاد ہے  
 (مراد از نفس) سیارگان کے اثر سے پاک مان لیں۔ جس طرح کائنات کا ہر جز  
 اثرات سیارگان سے اثر پذیر ہے اسی طرح نفس بھی اجرام فلکی کے تاثرات سے خالی  
 نہیں۔ دوسری دلیل یہ ہے کہ ناک کے سوراخ کو دو پر تقسیم کرنا۔ یہ بھی قدرت کا  
 ایک راز تھا۔ اگر بجائے دو سوراخوں کے ناک میں ایک ہی سوراخ ہوتا تو ہمیں  
 سانس لینے میں کوئی تکلف اور تکلیف نہیں ہوتی۔ اگر آپ ناک کے تھنوں کو  
 بند کر لیں اور منہ سے سانس لیں تو آپ کی حیات میں کوئی فرق نہ آئے گا۔ باوجودیکہ

بندہ ایک ہی ہے۔ علاوہ ازیں اگر آپ ایک شخص کو بندہ کر لیں جب بھی آپ کی زندگی کوئی خطرہ نہیں۔ میں نے کئی آدمیوں کو دیکھا ہے کہ ان کے ایک شخص میں گوشت آگیا ہے اور نقصان قطعی بند ہے مگر وہ سانس لینے میں کوئی زحمت نہیں دیکھتے اگر آپ بھی اپنی ناک کا ایک نقصان بند کر لیں تو سانس کی آمد و رفت بدستور رہے گی چونکہ آپ ابتدائے زندگی سے دونوں شخصوں سے سانس لینے کے عادی ہیں اس لئے ابتداء میں کچھ ناگوار ضرور معلوم ہوگا۔ مگر یہ ناگوار ہی محض عادت ہے۔ سانس کی آمد و رفت میں کوئی فرق نہیں پڑے گا۔ اور جب یہ کلیہ تسلیم کر لیا گیا ہے کہ فعل الحکمہ لا یخلو عن الحکمۃ یعنی حکیم کا کوئی فعل حکمت سے خالی نہیں تو پھر حکیم مطلق کا کوئی فعل حکمت سے خالی نہیں۔ ناک کے سوراخ کو دو حصوں پر تقسیم کرنے میں کوئی حکمت پوشیدہ تھی اور ہے اور ان ہی اسرار کی تشریح علم النفس کا موضوع ہے۔ تیسری دلیل یہ ہے۔ اور یہ سب سے زیادہ مستحکم اور قوی ہے کہ اگر آپ امتحان کریں گے تو معلوم ہوگا کہ سانس دونوں سوراخوں میں دم بدم تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ کبھی دائیں کبھی بائیں سوراخ میں اور جب آپ تجربہ کریں گے تو معلوم ہوگا کہ شمس و قمر کی رفتار کے ساتھ ساتھ بیگا دھرتے برابر آدھرا آدھرتے تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ اور ظاہر ہے کہ جب نفس کا میار صرف زندگی ہی ہوتا تو اس تغیر و تبدل کی ضرورت نہ ہوتی۔ کیونکہ بظاہر اس تغیر و تبدل سے کوئی اثر حیات انسانی پر نہیں پڑتا۔ کوئی قرینہ اور دلیل ہمارے پاس نہیں جو اس پر وال ہو کہ تغیر و تبدل انسانی حیات پر منجھ ہوتا ہے۔ اس تغیر و تبدل سے ظاہر ہو گیا کہ علاوہ حیات انسانیہ کے کوئی اور راز بھی قدرت نے اس میں پوشیدہ کیا ہے۔ اور اس حقیقہ بعید کی تلاش اس علم کا موضوع ہے۔ اور ہم تغیر و تبدل کو بھی بے اثر مان لیں تو ایک اور لطیف اور لطیف بھی ہے یعنی یہ

تغیر و تبدل ایک خاص قانون کے ماتحت ہے۔ اور جب اس قانون میں فرق آتا ہے  
کوئی حادثہ اور اہم انقلاب پیدا ہوتا ہے۔ یہ ناممکن اور محال ہے کہ انسانی  
زندگی میں کوئی اہم انقلاب آئیوالات اور نفس کی رفتار میں فرق نہ آئے۔  
فرق آتا ہے اور فتنی آتا ہے۔ گویا نفس قدرت کا الارہ ہے جو قبل از وقت  
آئیوالات واقعات کی خبر دیتا ہے۔ لیکن ہم چونکہ اس قانونی الارہ سے واقف  
نہیں۔ اس لئے کبھی تجربہ نہیں کرتے۔ اور اس قدر قی آگاہی سے نفع حاصل  
نہیں کرتے۔

قصہ کوتاہ یہ سنو! ہر آدمی جن سے ثابت ہو گیا کہ علم النفس ایک  
ضروری اور کارآمد علم ہے اور جو شخص ان قوانین پر عبور حاصل کرے گا وہ بہت  
اہم معاملات زندگی کے سلجھا سکے گا۔ فقراء اور حکماء سادھو اور صنعت اس  
سائنس کے قدرتی اسرار پر حتی الوسع آگاہ تھے۔ ہم بعض کتابوں میں بھی پڑھتے  
ہیں اور مشہور بھی ہے کہ بعض بعض فقیر اور حکیم اور سادھو کی زندگی سیکڑوں  
برس کی ہوئی زندگی طویل کرنے کا راز اس نفس میں پوشیدہ ہے۔ مرگ ناگہانی  
اور قتلے بدمذہب میری بحث سے خارج ہے۔ خدا کا جلیل حکم تمام علوم اور سیارگان پر  
ماوی ہے۔ وہ چاہے تحقیقت کو تبدیل کر سکتا ہے۔ زمین کو آسمان اور آسمان کو  
زمین بنا سکتا ہے۔ زمین کو سعد اور مشتری کو کس بنا سکتا ہے۔ سیاروں کی گردش  
اس کے علم پر دای نہیں۔ دنیا محیط ہے اور وہ محاط ہے۔ لیکن جو شخص اس  
کتاب کے چند قوانین پر عمل کرے گا وہ بہت سے انقلابات سے محفوظ ہو سکتا  
ہے گا۔ بہت سے حوادثات کا قبل از وقت چارہ کر سکے گا بہت سی بیماریاں بے  
علاج کے دفع کر سکے گا۔ اپنی زندگی کو طویل کر سکے گا۔ اور بہت سے مقاصد  
اپنے مل کر سکے گا۔ وذا لا ین عنہ الامور

# باب اول



عربی میں اس کا نام علم النفس اور ہندی میں علم سرودھا کہتے ہیں اس علم میں  
 سانس یعنی نفس سے بحث کی جاتی ہے۔ یہ بات واضح کی جا چکی اور واضح ہے۔ کہ  
 انسانی زندگی کا دار و مدار سانس پر ہے۔ سانس پاک کے دونوں نقصان یعنی  
 (سور اخنائے مینی بسے کم و بیش ہر وقت جاری رہتی ہے اس سانس کے بند  
 ہو جانے کا نام موت ہے اصطلاح علم میں اسے ٹر کہتے ہیں۔ علم النفس میں اس کی  
 تین قسمیں مقرر ہیں۔ اول ایک نفع سے زور سے لے کسی رکاوٹ کے سانس  
 آنا۔ دوم ایک نفع میں رک رک کر سانس آنا۔ سوم دونوں نقصان سے  
 برابر سانس کا آنا جس نفع سے زیادہ سانس آتی ہے اسے چلتا سانس یعنی نفس  
 جاری کہتے ہیں۔ جس نفع سے سانس رک رک کر آتی ہے اسے بند ٹر کہتے ہیں یعنی  
 نفس مسدود کہتے ہیں۔ اور جب سانس دونوں نقصانوں سے برابر جاری ہو۔ تو  
 اسے نفس متاویہ کہتے ہیں۔ ہندی میں ان ہر سہ اقسام کے نام یہ ہیں جب سیدھا  
 نقصا چل رہا ہو۔ اور بایاں بند ہو تو اسے پنکھا کہتے ہیں اور جب بایاں نقصا  
 چل رہا ہو اور سیدھا بند ہو تو اسے اڑا کہتے ہیں۔ اور جب سانس دونوں  
 نقصانوں سے برابر چلتی ہے تو اسے سکھنا یا سکھنا کہتے ہیں۔ چونکہ جسم کے دائرہ  
 حصہ کا تعلق شمس سے ہے اس لئے جب سیدھا نقصا چل رہا ہو اور اس کا بند ہو  
 تو اس سے شمسی برکتیں نہیں۔ اور اس کا خاص تعلق سورج سے ہوتا ہے۔ اور جسم کے  
 بائیں حصہ کا تعلق قمر سے ہے۔ لہذا جب اس کا نقصا چل رہا ہو اور سیدھا بند ہو

قرآن سے قمری تہ کیلئے ہیں اور اس کا تعلق قمر سے ہوتا ہے۔ اس درمیانی تہ یعنی نفس  
 قساویہ کا نام ہندی میں ضرور ہے (دیکھنا) لیکن کسی ستارے سے متعلق نہیں  
 اور یہ ایک فروگزاشت بلکہ اہم غلطی ہے کہ ایک کثیر الوقوع واقعہ کا تعلق کسی  
 ستارہ سے نہ ہو۔ حالانکہ نجوم کا یہ دعویٰ ہے (اور صحیح ہے) کہ دنیا کا ذرہ ذرہ  
 اور ہر جزو ماتحت اثر سیارگان ہے۔ حکیم مطلق نے مادی دنیا کا نظم حرکت سیارگان  
 ہی متعلق کیا ہے۔ پھر جب ایک موبہوم۔ ایک ناخیز ذرہ ایک بے حقیقت قطرہ  
 ایک نازک پھول کی پتی بھی سیارگان کے اثر سے خالی نہیں تو پھر ایک عظیم الشان  
 کام کی کہ قلیل الوقوع کیلئے تو سیارگان کی مناسبت مان لیجائے اور اس کے مقابلہ  
 میں تیز الوقوع کو نظر انداز کر دیا جائے۔ جب سانس آٹھ تھنئے سے سیدھے  
 تھنئے کی طرف آتی ہے۔ یا سیدھے تھنئے سے آٹھ تھنئے کی طرف منتقل ہوتی ہے تو  
 دونوں حالتوں کے وسط میں ایک وقت ایسا آتا ہے کہ نفس قساویہ کا دور ہواؤ  
 ہوتا ہے۔ لیکن غلطی متقدمین کی نہیں ہے۔ یہ غلطی ان نام نہاد مصنفین اور لغویین کی  
 ہے کہ ادھر ادھر کی چار سطحی باتیں لکھ کر کتاب کی صورت میں شائع کر دی۔ ذہنی  
 نفع بھی حاصل کیا اور مصنفین میں نام بھی لکھ گیا۔ اگر وہ علم النفس کا منظر غائر مطالعہ  
 کرتے تو معلوم ہو جاتا کہ نفس کا تعلق مثل دیگر افعال کے سبب سیارگان سے ہے۔  
 علم النفس کی نسبت شمس و قمر پر ہی ختم نہیں ہو جاتی۔ بظاہر ناک کے دو متضمن  
 اعتبار کرتے ہوئے دو ستاروں سے ہی متعلق مان لیا۔ ہاں یہ صحیح ہے کہ عوام اور  
 طالبائے علم کے لئے ضروری مقصد علم النفس کا ان ہی دو ستاروں کی نسبت سے حاصل  
 ہو جاتا ہے۔ مگر کتاب غاص نہیں ہوتی۔ اسے عام و خاص دونوں ہی پڑھتے ہیں لہذا  
 کتاب لکھتے وقت خواص کے جذبات کا خیال نہ رکھنا ایک مصنف اور مولف کی فام  
 کاری ہے نفس کا تعلق خمسہ منجیرہ سے بھی اسی طرح ہے جس طرح شمس و قمر سے نفس کی

رفتار کا تعلق سب سے زیادہ گان سے ہے اور لطف یہ ہے کہ نفس متساویہ کا نام کتابوں  
 میں ہے۔ امور اس سے متعلق ہیں لیکن کسی ستارے سے تعلق نہیں ہے۔ اور یہ غلطی  
 اور ظلم ہے۔ اور میں دلائل و شواہد سے ثابت کرونگا کہ نفس کی دو قسمیں نہیں  
 بلکہ سات قسمیں ہیں اور جب تک تقسیم نہ کریں گے علم نامکمل رہے گا۔ اور ظاہر ہے  
 کہ جب ایک شے کا وجود پایا جاتا ہے۔ اور نام بھی رکھ لیا جاتا ہے پھر کسی ستارے کو  
 متعلق نہ کرنا قانون علم و عمل کے خلاف ہے۔ دنیا کے کام حسب قوانین مروجہ تین  
 قسم پر عالمان علم النفس نے تقسیم کئے ہیں۔ شمسی۔ قمری۔ ورمیانی۔ پھر ورمیانی  
 حالت کو بے ستارے کے مان لینا اس کے یہ معنی ہیں کہ یہ حالت سلسلہ نظم کا سنا ہے  
 علیحدہ ہے۔ حالانکہ یہ محال ہے۔ ارباب خرد پر پوشیدہ نہ رہے کہ نفس متساویہ کا  
 تعلق عطار دے ہے۔ اور صحوائے کبر کے اس سلسلہ مرتج سے ضمہ ہے اور غروب کا  
 تعلق مشتری سے و انفس حین يرجع من الیہ من الی اللیسار مشبوب  
 من المرحل و حین يرجع الی الیسار من الیہ من المخصوص من المرحل  
 یعنی جب آفتاب نصف النہار (دن کے بارہ بجے جو صحوائے کبر کے کا وقت شرعی  
 ہے) پر ہو تو اس وقت نفس کا تعلق مرتج سے ہوتا ہے۔ اور جب آفتاب غروب  
 ہو رہا ہو تو اس وقت نفس کا تعلق مشتری سے ہوتا ہے۔ اور جب نفس سید  
 نتھنے سے اٹھے نتھنے کی طرف پلٹ رہا ہو تو اس کا تعلق زحل سے ہوتا ہے  
 (نفس متساویہ سے قبل) اور جب نفس بائیں نتھنے سے اٹھے نتھنے کی طرف  
 پلٹ رہا ہو تو اس کا تعلق زحل سے ہوتا ہے (نفس متساویہ سے قبل) اور  
 جب نفس بائیں نتھنے سے سید سے نتھنے میں منتقل ہو رہا ہو تو اس کا تعلق  
 زہرہ سے ہوتا ہے (من قبل نفس متساویہ) اور میں ہر نسبت کو انشاء اللہ  
 تعالیٰ برہان قاطع اور دلیل ساطع سے روشن اور واضح کرونگا۔ اور جو رموز



اور اسرار علم النفس کے ابتک منظر عام پر نہ آئے تھے اُن کو آجا کر دو بنگا۔ اب ہر ایک کی  
 تفصیل اور تاثیر بیان کرنا ہوں۔ اہل تجسیم نے عطار کو منجسہ مخنت تسلیم کیا ہے مخنت  
 ایک قسم خاص بنی نوع انسان کی ہے جو نہ مردوں میں شامل ہیں نہ عورتوں میں ان کا  
 شمار ہے۔ اسی طرح عطار دہجی اپنی ذاتی خاصیت اور اثرات کا حامل نہیں۔ بلکہ  
 جس ستارے کے اثر سے موثر ہوتا ہے اسی کی خاصیت اختیار کر لیتا ہے۔ مثلاً زحل کے  
 ساتھ نخس اور مشتری کے ساتھ سعد ہے۔ اور یہ عطار دکی ذات ہے۔ اور ہر ستارے کے  
 زیر اثر جو خاصیت عطار پیدا کر لیتا ہے وہ صفت ہے (چونکہ ذات صفات پر مقدم ہوتی  
 ہے۔ اس لئے پہلی بات تو یہ ہے کہ جب دونوں نقصوں میں برابر سانس جاری ہو۔ یعنی  
 نفس مساویہ کی ساعت ہو تو کوئی کام شروع نہ کرو۔ جو کام نفس مساویہ کی ساعت میں  
 شروع کیا جائے وہ اکثر و بیشتر بے نتیجہ اور عیبت ہی ہوتا ہے۔ کیونکہ عطار اپنی ذات میں  
 نہ نیک ہے نہ بد (یہ وقت عبادت اور ریاضت کا ہے۔ آپ کہیں گے کہ عبادت اور  
 ریاضت بھی آخر ایک کام ہی ہے۔ لہذا جو عبادت نفس مساویہ کی حالت میں کی جائے  
 وہ بھی نیک و بد اثرات سے خالی ہوگی اس کا جواب یہ ہے کہ عبادت اور ریاضت کا  
 تعلق خدا کی ذات سے ہے۔ اور خدا نے ذوالجلال کی ذات سیارگان کے اثر سے  
 بالاتر ہے۔ یہ تمام علوم امور دنیوی سے متعلق ہیں۔ مذہبی امور کا تعلق ان کی  
 ذات سے نہیں۔ اگر آپ اندک غور اور تامل کریں تو نتیجہ یہ ہی برآمد ہوگا کہ نفس مساویہ کی  
 شریعت نے بھی بے اصل اور غیر موثر تسلیم کیا ہے۔ نفس مساویہ کے یہ معنی ہیں کہ وہ  
 وقت نہ شمسی سے متعلق ہو نہ قمری سے۔ اسی طرح سخوائے کبرائے میں نماز کی شرعاً  
 مخالفت ہے۔ اور سخوائے کبرائے دن رات میں تین مرتبہ ہوتا ہے۔ وقت طلوع۔ وقت  
 غروب۔ اور نصف النہار۔ یہ اوقات نلشہ ایسے ہیں کہ ان پر دن اور رات کا  
 اطلاق نہیں ہوتا اور شرعی یہ وقت عبادت کا نہیں ہے۔ جو خاصیت ان اوقات

ہے وہ ہی عطارد کی ہے۔ اوقات منجوائے کبرے نہ دن ہیں۔ نہ رات۔ عطارد اپنی  
 ذات میں نہ نیک ہے نہ بد۔ نفس متساویہ نہ شمسی ہے نہ قمری۔ لیکن جو کام آپ کرے  
 ہیں نفس متساویہ کے وقت میں اسے ترک نہ کرو۔ شروع کئے ہوئے کام پر نفس متساویہ  
 چنداں اثر نہیں پڑتا۔ کام کی جو ممانعت میں لے کی ہے وہ ممانعت آغاز کار کی ہے۔  
 یعنی کوئی کام شروع نہ کرو۔ چونکہ آپ نے کوئی کام نفس متساویہ سے قبل شروع کیا  
 ہے۔ لہذا اس کام میں اس ستارے کا دخل ہے جسکی ساعت میں آپ نے شروع کیا ہے  
 کام کے درمیان میں جو ستارے تبدیل ہوئے انکا اثر خاص نہیں پڑتا۔ اگرچہ بالکل  
 اثر سے محروم بھی نہیں۔ آپ نے اکثر تجربہ کیا ہوگا اور غور کریں تو دن رات تجربہ کر سکتے  
 ہیں کہ ایک کام آپ کر رہے ہیں اور وہ صحیح طریق پر ہو رہا ہے۔ یکایک اس میں خرابی  
 پیدا ہوگئی یا کوئی غلطی ہوگئی۔ آپ حیران رہ جاتے ہیں کہ دیکھو سیدھا کام ہوتے  
 ہوئے ذرا سی دیر میں خراب ہو گیا اس خرابی کا باعث کبھی آپ کی غلطی ہوتی ہے  
 کبھی کسی دوسرے کی۔ بہر حال اچھا خاصا کام چلتے چلتے بگڑ جاتا ہے اس کا نام نفس  
 متساویہ ہے۔ تھوڑی دیر کے بعد پھر وہ کام درست ہو گیا۔ اسی کا نام نفس  
 شمسی یا قمری ہے۔ دنیا میں تین قسم کے کام ہیں۔ پہلی قسم یہ ہے کہ کوئی کام ہم نے  
 شروع کیا اور اول سے آخر تک حسب دلخواہ وہ خیر و خوبی پر ختم ہو گیا۔ یہ ناسبت  
 ہے شمسی یا قمری کی۔ دوسری قسم وہ ہے کہ آپ نے کوئی کام شروع کیا اور اول سے  
 آخر تک وہ بگڑتا ہی رہا۔ اور کسی وقت درستی پر ہی نہ آیا اس کا نام نفس  
 متساویہ ہے۔ تیسری قسم یہ ہے کہ کوئی کام اچھی طرح ہو رہا تھا۔ یکایک میان  
 میں بگڑ گیا۔ تھوڑی دیر بگڑا رہا اور پھر درست ہو گیا۔ یہ اثر نفس متساویہ کا  
 ہے۔ جب درمیان کار میں نفس متساویہ کا وقت آ جائیگا تو کام بگڑ جائیگا۔ اب  
 ایک اعتراض یہ وارد ہوتا ہے کہ میں نے نفس متساویہ کی ساعت میں آغاز کار کی

مطلق مالمعت کردی۔ حالانکہ عطار و سعد بھی ہوتا ہے اور جس بھی۔ گونہ اتہ عطار و  
 نیک یا بد نہیں مگر صفاتاً تو نیک ہوتا ہے یا بد۔ بدی کی حالت میں تو آغاز کار کی  
 مالمعت صحیح ہے۔ لیکن حالت سعد میں مالمعت کیوں؟ دیکھتے ہیں کہ آغاز  
 کار کو مطلق منع کر دیا ہے (مگر میں نے مطلقاً مالمعت اسوجہ سے کی کہ عوام  
 نہیں سمجھ سکتے کہ اس وقت عطار کس حالت میں ہے۔ اس لئے بہتر یہی تھا  
 کہ مطلق مالمعت کر دی جائے لیکن جو اصحاب صاحب فہم و ذکا ہیں ان کے لئے  
 تقسیم کا بھی ہے اور اس کی تقسیم یہ ہے کہ جب سانس اٹھتے تھے سے سیدھے  
 نتھنے میں منتقل ہو رہی ہو تو وہ کام کریں جس سے نفع حاصل کرنا مقصود ہو  
 اور جب سانس سیدھے نتھنے سے اٹھتے تھے میں آ رہی ہو تو بعض۔ ہلاکی اعدا  
 دفع آسب۔ دفع ضرر کا عمل کرو۔

## سانس کی تقسیم

جن نتھنے سے سانس زیادہ آ رہی ہو اسے نفس جاری یا چلتا مہرکتے ہیں۔ اور جس  
 نتھنے سے سانس کم آ رہی ہو اس سے نفس مسدود یا بند مہرکتے ہیں۔ اب اس حالت پر  
 غور کرو کہ جب سانس ایک نتھنے سے دوسرے نتھنے میں منتقل ہوتی ہے تو انتقال نفس کی  
 یہ صورت ہے کہ چلتے مہرکی ہوا۔ اندک اندک مہرکی طرف منتقل ہونا شروع ہوتی  
 ہے۔ چند منٹ میں چلتا مہر بند ہو جاتا ہے (کم ہو جاتا ہے) اور بند مہر چلنے لگتا ہے۔  
 عقل سلیم اسے تسلیم کرتی ہے کہ جب سانس ایک نتھنے سے دوسرے نتھنے میں بند رنج  
 جانا شروع ہوگی تو ایک وقت ایسا آئیگا کہ جب دونوں نتھنوں کی سانس برابر ہوگی  
 اور اسی حالت کا نام نفس مساویہ ہے۔ یعنی دونوں نتھنوں سے سانس مساوی حصہ میں  
 درمیان میں جاری ہو۔ بند مہر کے یہ معنی ہیں کہ نتھنا کلینتہ بند ہو جائے بلکہ جس نتھنے سے

ہوا زیادہ خارج ہو رہی ہو اسے چلتا سرکتے ہیں اور جس تھپنے سے کم ہوا آرہی ہو اس کو  
بند سرکتے ہیں۔

ایک ضروری گزارش ہے کہ ایک عرب کا قول ہے۔ من صنف فقیہ  
مستحدث یعنی جس نے کوئی کتاب تصنیف کی وہ تیر ملاحت کا نشانہ بن گیا۔ یہ  
نہ گنتہ ندارد کہے بازو کا۔ لیکن چونکہ گفتی و بلیش میار  
ارباب خرد و دانش پر یہ بھی پوشیدہ نہیں کہ دنیا کبھی بھی ایک مرکز اور ایک  
خیال پر جمع نہیں ہوئی۔ ہر کس پر خیال خوش خیلے دارد۔ ہر دماغ میں ایک نیا عالم  
آباد ہوتا ہے۔ اگر ایک کتاب پر ایک علم موقوف ہوتا تو دنیا میں ہر فن پر ایک ہی  
کتاب ہوتی مگر شواہدات عالم شاہد ہیں کہ ایک علم پر ان گنت کتابیں ہوتی ہیں  
جو حکی تحقیق ہے۔ جو جس کا خیال اور مذہب ہے وہ اسی کے مطابق کہتا ہے۔ "از کوزہ  
ہماں برون تراو درواست" اختلاف انسان کی فطرت ہے۔ میں جو کچھ اپنی  
کتاب میں لکھ رہا ہوں یہ میری تحقیق اور سالہا سال کی کدوکاوش کا نتیجہ ہے  
کئی اصحاب ایسے ہوں گے کہ منکوح میرے لکھ سے اختلاف ہوگا۔ مگر میں اپنی فطرت  
محبور ہوں جس طرح آپ اپنی فطرت سے مجبور ہیں۔ اگر آپ کی تحقیق اس کے خلاف  
ہو جو میں نے لکھا ہے تو آپ اپنی تحقیق پر عمل کریں۔ جو بات اس کتاب میں آپ کو  
اچھی اور صحیح معلوم ہو اس کو لے لیں جو خلاف طبع ہو اس کو چھوڑ دیں۔

» خذ ما صغنا ودع ما کدد«

علم النفس ایک وسیع اور مبسوط علم ہے۔ اور جس شخص کو امیر عبور حاصل ہو جائے  
ہے وہ بہت سے قدرت کے سرستہ رازوں کو جان لیتا ہے۔ کاموں کے نتیجے اور  
آئندہ ہونے والے واقعات اس کو نظر آجاتے ہیں۔ اور یہ علم ایک بدیہی علم ہے۔  
دوسرے علوم کی طرح وہم و گمان کا نقشہ نہیں ہے۔ بلکہ اس کے قانون اور نتائج

ہم آنکھوں سے دیکھ سکتے ہیں۔ مثلاً میں یہ سابقہ صفحات میں بتا چکا ہوں کہ آٹا  
تھننا قمر سے متعلق ہے اور سیدھا تھننا سورج سے منسوب ہے۔ اگر آپ اس کا  
امتحان کریں تو معلوم ہوگا کہ جب ہوا سیدھے تھننے سے اٹلے تھننے میں جا رہی ہو۔  
یعنی سورج سے قمر میں تبدیل ہو رہی ہو۔ تو انسان کا جسم ٹھنڈا اور سرد ہو جاتا ہے  
چونکہ چاند سرد ہے۔ اس لئے اس کے اثر سے جسم میں بھی ٹھنڈک پیدا ہو جاتی ہے اور  
جب سانس اٹلے تھننے سے سیدھے تھننے میں آ رہی ہو۔ یعنی قمر سے شمس میں منتقل  
ہو رہی ہو تو جسم میں گرمی پیدا ہو جاتی ہے چونکہ شمس گرم ہے اور حرارت اس کی  
طبیعت اور فطرت ہے اور آپ جب بھی امتحان کریں گے اس قانون کو صحیح  
پائیں گے۔ بخار کی شدت جب زیادہ ہوگی تو اس وقت شمس سر چلتا ہوگا۔ قمری  
سرمی حالت میں کبھی بخار کی شدت نہ ہوگی (مائیخو لیا۔ دیوانہ پن۔ ہڈیاں۔  
جنون۔ یہ تمام حالتیں جب ہی زور پر ہونگی جب قمری سر چلتا ہوگا۔ کیونکہ دیوانگی کو  
چاندنی سے خاص نسبت ہے۔ جس شخص کو مرگی کا مرض ہو۔ اس کو جب دورہ  
پڑے گا اسی حالت میں پڑے گا اور جب ہی دیوانگی ہوگی۔ جب قمری سر چل رہا  
ہو۔ کیونکہ صرع دیوانگی کی ایک قسم ہے اور چاندنی میں جنون زیادہ ہوتا ہے

## اوقات نفس

علم النفس کی بنیاد چاند کی تاریخوں پر ہے۔ اور زمانہ دو قسموں پر منقسم ہے  
ایک عروج ماہ۔ ایک زوال ماہ۔ عروج ماہ یعنی چاندنی راتیں جن کو ہندی میں  
شکل یکیش کہتے ہیں۔ ان تاریخوں میں چاند کی روشنی زیادہ ہوتی جاتی ہے۔  
دوسرا زوال ماہ۔ ان تاریخوں میں چاند روزانہ گھٹتا ہے۔ ہندی میں ان تاریخوں کو

کرشن کش کہتے ہیں۔ یکم سے چودہ تک عروج ماہ ہے (چودہ سے مراد چودھویں  
 تاہج نہیں بلکہ چودھویں شب مراد ہے یعنی تیرہ تاہج کا دن گذر کر جو رات تک  
 جسکی صبح کو چودہ ہوگی اور چودہ سے اٹھائیس تک زوال ماہ ہے۔ سانس ہر  
 دو گھنٹہ میں ایک تھکنے سے دوسرے تھکنے میں تبدیل ہوتی ہے اور یہ قدرت کا  
 معین کردہ وقت ہے۔ جب تک سانس اپنی مقدار پر تبدیل ہو رہی ہے کوئی  
 حادثہ یا واقعہ پیش نہیں آتا۔ آپ بے فکری سے زندگی بسر کرتے رہئے۔ لیکن جب  
 کوئی حادثہ یا واقعہ ہو نیوالا ہے تو قدرت کی طرف سے پہلے آگاہی دیدی جاتی  
 ہے اور اعلان کر دیا جاتا ہے۔ اور قدرت کا اعلان یہ ہے کہ سانس بجائے  
 دو گھنٹہ کے ۱۲ گھنٹہ میں یا ایک گھنٹہ میں تبدیل ہونا شروع ہو جاتی ہے۔  
 بس جب آپ دیکھیں کہ ہماری سانس دو گھنٹہ سے قبل تبدیل ہو گئی تو سمجھو  
 کہ کوئی حادثہ یا واقعہ ہونے والا ہے۔ یہ قانون بھی معلوم کرو کہ سانس بھی  
 دو گھنٹہ سے زیادہ ایک سر میں نہیں چلتی ہاں اس تعداد میں کمی ہو جاتی ہے  
 واقعات اور حوادثات کے وقت سانس جلد جلد تبدیل کرتی ہے مگر کبھی دیر میں  
 تبدیل نہیں ہوتی۔ اگر آپ کو یہ معلوم کرنا ہو کہ اس وقت کون سا سر چل رہا ہے  
 تو ایک تھکنے کو انگلی سے بند کر لو۔ اور دوسرے تھکنے سے سانس خارج کرو۔ اگر بند  
 سر ہے تو سانس رک رک کر کم مقدار میں آئے گی۔ اگر سانس زور زور سے صاف  
 نکل رہی ہے تو اسے چلتا سر کہتے ہیں۔ اگر دونوں تھکنوں سے برابر سانس (ہوا)  
 نکل رہی ہے تو اسے نفس متساویہ کہتے ہیں۔ سانس کی رفتار کا منضبط قانون قدرت  
 یہ ہے کہ ہر ماہ کی پہلی تاہج کو آفتاب نکلنے وقت بایاں سر چلتا ہوگا۔ اور یہ  
 تین دن تک برابر طلوع آفتاب کے وقت رہے گا۔ اس میں کبھی خلاف نہیں  
 ہوتا۔ اس دلیل سے رویت کا اختلاف بھی صحیح ہو جاتا ہے آپ کو معلوم ہے کہ

رویت ماہ میں اکثر اختلاف رہتا ہے۔ خصوصاً رمضان المبارک اور عید کے چاند میں اکثر اختلاف ہو جاتا ہے۔ اکثر شہروں میں روزہ شروع ہو جاتا ہے اور اکثر شہروں میں نہیں۔ اسی طرح اکثر وعیدیں ہوتی ہیں۔ غرض کہ رویت ہلال مشتبہ ہو جاتی ہے۔ لیکن علم النفس ایک ایسا مکمل قانون ہے کہ اس میں کبھی نظر فریب نہیں کھاتی یعنی جب چاند کی حالت مشتبہ ہو اور اس میں اختلاف پایا جائے کہ رات چاند دکھائی دیا۔ یا نہیں۔ تو آپ صبح کو سورج نکلنے وقت غور سے دیکھیں کہ کونسا سر جاری ہے۔ اگر بایاں سر جاری ہے تو یقیناً چاند ہو گیا۔ اگر دایہا سر جاری ہے۔ تو یقیناً چاند نہ ہوا۔ ہاں شرعی حیثیت سے یہ دلیل پیش نہیں کی جاسکتی۔ قدرت کا اٹل قانون ہے کہ چاند کی پہلی دوسری۔ تیسری تا پانچ کو طلوع آفتاب کے وقت بایاں یعنی قمری سر چلتا ہو گا۔ تین دن کے بعد یعنی ۴-۵-۶ تا پانچ کو شمسی سر (دایہا منتھنا) چلائے آفتاب کے وقت چلتا ہو گا۔ اس حساب سے ہر تین دن کے بعد سر شمسی اور قمری میں تبدیل ہوتا رہتا ہے اور یہ دور دائماً ابداً ہے۔ اس حساب سے قمری اور شمسی تاریخیں حسب ذیل ہوں گی۔

قمری - ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-

۲۶-۲۷-

شمسی - ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-

۲۶-۲۷-۲۸-۲۹-۳۰- آپ چاند کی تاریخوں کا شمار رکھئے۔ اور روزانہ طلوع آفتاب کے وقت دیکھ لیا کیجئے کہ سر موافق چل رہا ہے یا مخالف یعنی تا پانچ معینہ سطور بالا کے موافق ہے اگر موافق چل رہا ہے تو سمجھ لیں کہ آج کا دن بے غل و غش اور بے فکر و تشویش کے گزرے گا۔ کوئی حادثہ اور واقعہ ایسا نہ ہو گا جس سے ضحلال اور تنگی پیدا ہو۔ اگر سر مخالف چلنا پایا جائے یعنی بجائے سیدھے کے الٹا۔ اور

بجائے ملے کے سیدھا تو یہ قدرتی اعلان ہے کہ آج کوئی انقلاب زندگی میں پیدا  
 ہونے والا ہے اور یہ یقیناً انقلاب ہوگا قدرتی اعلان کبھی خسوخ اور تبدیل  
 نہیں ہوتا۔ نفس کا تغیر ہماری ذات کا تغیر ہے۔ لیکن یہ بات ذہن نشین کریں  
 کہ انقلاب دو قسم کا ہوتا ہے۔ بڑائی سے اچھائی کی طرف اور اچھائی سے بڑائی کی  
 طرف۔ ایک شخص غریب اور محتاج تھا۔ یکایک وہ دو لقمہ دار امیر بن گیا۔  
 اس کا نام بھی انقلاب ہے۔ ایک شخص صاحب ثروت و دولت تھا۔ ناگہاں وہ  
 نکبت اور فلاکت زدہ ہو گیا۔ اس کا نام بھی انقلاب ہے۔ نفس کے تغیر و تبدل  
 یہ تو معلوم ہو گیا کہ ہماری حالت متغلب ہو نیوالی ہے۔ لیکن دو امور تشنہ  
 تکمیل رہے اور دونوں مسئلے نہایت عمیق اور ضروری ہیں اول یہ کہ ہم  
 نوعیت کیا ہوں گے۔ کیا ترقی سے منزل کی طرف یا منزل سے ترقی کی طرف۔ دوم  
 یہ کہ آخر یہ انقلاب آج ہی پیدا ہوگا یا کب؟ یہ دو سوال ضروری ہیں۔ میں  
 اس کی تفصیل بیان کرتا ہوں۔ اس کے لئے آپ مندرجہ بالا نو ایجنٹ پر نظر  
 ڈالیں اور دیکھیں کہ آیا قمری سے شمسی میں تبدیل ہوا ہے یا شمسی سے قمری میں  
 یعنی سیدھا تختہ چلنا چاہئے تھا۔ بجائے اُس کے آگے تختہ چل رہا ہے یا آگے تختہ  
 چلنا چاہئے تھا بجائے اُس کے سیدھا تختہ چلا۔ اس کا قاعدہ اور کلیہ یہ ہے کہ  
 اگر بجائے آگے تختہ کے سیدھا تختہ چلا ہے تو یہ انقلاب منزل سے ترقی کی طرف  
 ہے اگر سیدھے تختہ کے بجائے آگے تختہ چلا ہے تو یہ انقلاب ہے ترقی سے منزل کی  
 طرف۔ بصورت اولے پنجہ دگر۔ نقصان اور جھگڑا۔ بیماری اور مقدمہ وغیرہ  
 پیش آئیے۔ بصورت دیگر نفع اور تندرستی فتح اور کارنامی۔ ملازمت  
 اور ترقی کے آثار ہیں۔ جس طرح نقصانات کی فرست طویل ہو سکتی ہے۔ اسی طرح  
 مفادات کی تفسیر اور تفصیل بھی لمبی چوڑی ہو سکتی ہے۔ اس سبب ما فرست کے



چند در چند عنوانات میں سے کون سا باب شروع ہوگا۔ اس کی شناخت مجھ معلم  
 نہ ہو سکی یعنی اگر نقصان ہے تو کس قسم کا اور نفع ہے تو کس قسم کا اس مبہم کی تفصیل میں  
 نہیں کر سکتا۔ اب رہ گیا دوسرا عمل طلب مسئلہ کہ آیا اس انقلاب آنے کی مدت  
 کیا ہے۔ کیا اسی دن آئیگا جس دن سر تبدیل ہوا ہے یا کب ۱۹ اس کے متعلق یہ  
 قاعدہ ہے کہ جب قدر کم مدت نفس پر عمل چلتا رہے گا اتنی ہی زیادہ درازی پر  
 انقلاب رونما ہوگا۔ مثلاً سو بجھکتے ہوئے دیکھا کہ سر مخالف چل رہا ہے۔ لیکن  
 چند منٹ کے بعد پھر درست اور صحیح ہو کر قانون معینہ پر چلنے لگا تو یہ ثبوت  
 ہے کہ ابھی انقلاب میں تاخیر ہے اور وزن و مقدار میں بھی سبک ہے۔ اگر  
 دیر تک چلتا رہا تو انقلاب قریب ہے اور وزن و مقدار میں بھی گرا ہے  
 یہ فیصلہ نفس کی مدت قیام پر ہوگا۔ کیونکہ ہر انقلاب اور ہر واقعہ میں سبکی  
 اور گرانی ہوتی ہے۔ مرض اس کا بھی نام ہے کہ معمولی بخار آگیا۔ زکام ہوگیا  
 اور مرض اس کا بھی نام ہے کہ تپ دن بیا مزمن اور ملکہ مرض پیدا ہوگیا۔  
 جھکڑا اور فساد یہ بھی ہے کہ کسی سے معمولی خارش ہوگئی۔ اور جھکڑا فساد اس کا  
 بھی نام ہے کہ کشت و خون پر نوبت آگئی۔ ان سب کا وزن اور مقدار معین  
 کرنا نفس کی مدت پر منحصر ہے۔ یہاں یہ قانون بھی معلوم کرو کہ نفس کی تبدیلی  
 سر راجح کھٹے وقت پر بھی ختم نہیں۔ بلکہ دیگر اوقات شب و روزی میں بھی نفس  
 متغیر ہو جاتا ہے۔ یہ تغیر بھی حادثات اور واقعات کا اعلان ہے مگر ہم دنیا کے  
 پھندوں میں از سر نیا گرفتار اور مقید ہیں ہمیں نہ اس قدر فرصت نہ ضرورت  
 کہ دن بھر بیٹھے ہوئے سانس کا مطالعہ کرتے رہیں۔ لیکن دنیا میں ایسے لوگ ہیں اور  
 ہو سکتے ہیں کہ وہ ہر وقت اپنی سانس کا امتحان کر سکتے ہیں کہ آیا نفس صحیح چل  
 رہا ہے یا غلط۔ اگر آپ زیادہ سے زیادہ تیس دن تک علم النفس کو رٹ لیں

تو کچھ کسی کتاب اور امتحان کی ضرورت نہیں۔ آپ اندک اشارہ میں معلوم کر سکیں گے کہ گویا نفس صحیح چل رہا ہے یا غلط۔ اور طریق اس کی مشق کا یہ ہے کہ پہلے وہ تاریخیں اذہر کر لیں جن پر شمسی اور قمری تقسیم میں اور یہ حفظ کر لینا بالکل آسان ہے۔ بعد ازاں طلوع کا وقت روزانہ تحقیق کر لیا کریں اور ہر دو گھنٹہ کے بعد دیکھ لیا کریں کہ آیا رفتار صحیح ہے یا غلط۔ پس اگر صحیح ہے تو حالات بھی صحیح ہیں۔ اگر رفتار غلط ہے تو حالات بھی غلط ہیں۔ مگر یہ طویل اہل ہے۔ کم از کم آپ اس قدر کر سکتے ہیں کہ جب کسی ساتھ اور واقعہ کے پیش آنے کے آثار ہوں اس وقت حساب کر کے دیکھ لیں کہ رفتار نفس صحیح ہے یا غلط۔ اور اسی پر اس واقعہ کو منطبق کر لیں۔ یہ غور کر لیجئے کہ یہ باتیں ظن اور وہم و گمان نہیں۔ بلکہ حقیقت اور فطرت ہیں۔ علم النفس کا ہر جز حقیقت اور واقعہ پر مشتمل اور مخدئی ہے۔

اب ایک اور قانون یاد کرنے کے قابل ہے کہ جب سائنس قانون معینہ کے برعکس چل رہی ہو تو کیا کوئی قاعدہ ہے کہ جس سے ہم سائنس قاعدے اور نظام کے ماتحت کر سکیں۔ ہاں۔ ایسا قاعدہ بالکل آسان ہے۔ ہر شخص جب چاہے اپنے سر کو دوسری طرف چلا سکتا ہے۔ وہ قاعدہ یہ ہے کہ جس سمت کا سر چلانا منظور ہے اس کے مخالف سمت پر لیٹ جاؤ۔ یعنی جو سمت چل رہا ہو اس پہلو پر لیٹ جاؤ۔ اس صورت میں جس سمت کا چلنا منظور ہو اس کی مخالف سمت ہو گئی۔ مثلاً اگر داہنا سر چل رہا ہے اور تو چاہتے ہو کہ داہنا سر بند ہو کر اب بائیں سر چلنے لگے تو تم داہنے پہلو پر لیٹ جاؤ اور داہنے کان کو انگلی سے بند کر لو۔ اور داہنی نعل کو سکیڑ لو۔ اور داہنے نکتے کو بھی روٹی سے بند کر لو اور بند نکتے سے خوب زور زور سے ہوا فوج کرو۔ تین چار منٹ تک یہ مشق کرنے سے

کھل ہوا منتقمنا بند ہو جائیگا اور بندہ منتقمنا بازی ہو جائیگا۔ اب یہاں یہ سوال  
 پیدا ہوتا ہے کہ اگر صبح اٹھ کر ہم کو معلوم ہو کہ آج شرفِ خلافت چل رہا ہے اور یہ ملک  
 مادے کی ہے۔ اب ہم نے تبدیلِ نفس کے قاعدے پر اپنی سانس کو تبدیل کر لیا  
 یعنی یہ اہلِ قانون بنالیا تو کیا اس سے آئینہ الا واقعہ اور ہونیوالا حادثہ بھی  
 تبدیل ہو گیا۔ یا اس تبدیلی کا اسپر اثر نہ پڑے گا۔ اس کا جواب یہ ہے کہ سرکہ  
 اختیار کی تبدیلی سے ایک گونہ تعلق ہے۔ آئینہ الا حادثہ جس کا اعلانِ خلافت  
 سرکہ چکا تھا پیش آئیگا۔ لیکن اس کی اہمیت کم ہو جائے گی اور یہ اختیار  
 تبدیلی ایک حد تک اس کی قوت سلب کر لے گی۔ اس لئے کہ اگر خلافتِ شریعت  
 رہتا تو وہ واقعہ بھی برابر جاری رہتا۔ مثلاً ایک گھڑی میں، بجیکہ چالیس منٹ  
 آئے ہیں اور اس بجہ آپ نے اس کی رفتار کو بند کر دیا تو اب آٹھ نہ بجیں گے  
 لیکن بچے جو بچ چکے تھے اسکے واپس کرنا بھی آپ کے اختیار میں نہیں۔ اگر آپ بند  
 نہ کرتے تو آٹھ اور نو غلط انداز سے اس وقت تک بچتے رہتے جب تک کہ اس کی  
 کمائی میں قوت باقی رہتی اور ان قوانین کے معلوم نہ ہونے کی یہی وجہ ہے کہ ایک  
 انقلاب آتا ہے اور بعض وقت اس قدر طویل ہو جاتا ہے کہ انسان پریشان ہو جاتا  
 ہے اگر اس واقعہ کا سدِ باب کر دیا جاتا ہے تو وہ انقلاب بھی ختم ہو جاتا ہے۔ بس  
 جس طرح ہماری حیات کا دار و مدار نفس پر ہے اسی طرح ہماری دنیا کے سائے  
 کا دار و مدار نفس پر مشتمل ہیں کوئی چھوٹے سے چھوٹا اور بڑے سے بڑا کام ایسا نہیں ہے  
 جس پر قوانینِ نفس کا اثر نہ ہو۔ اور یہ قوانین ان کو معلوم ہیں لیکن مدارِ حیات  
 اور تجربہ نہ ہونے کے سبب اسپر نہ نہیں۔ خدا نے ذوالجلال نے قرآن مجید میں  
 فرمایا۔ **جَلَّ اِلَٰهُنَا عَلٰی فَهْمِہُمْ بِمِیَارِہُمْ** (انسان کو قوانینِ نفس پر بصیرت نہ  
 اب میں ان قوانین کو آپ کے سامنے پیش کرتا ہوں تاکہ آپ کو کل قوانین پر عبور

ہو جائے۔ یہ تو ظاہر ہے کہ آجکل کا عظیم الفرقت اور کم ہمت انسان کسی علم میں درک کامل حاصل نہیں کر سکتا اور تمام قوانین پر عمل درآمد بہت ہی مشکل ہے تاہم اس کتاب کے مطالعہ سے آپ بہت سے قوانین معلوم کر سکیں گے اور یہ بعید نہیں کہ آپ چند سہل اور آسان قوانین پر عمل بھی کریں۔

**قاعدہ :-** ایک قاعدہ سانس تبدیل کرنے کا آپکے معلوم ہو گیا۔ دوسرا قاعدہ یہ ہے کہ جب سانس تبدیل کرنا ہو تو پائخانہ میں جائے۔ اور جس تھکنے کو آپ بند کرنا چاہتے ہیں اس طرف کے پاؤں پر زور دے کر بیٹھیں۔ اور جس طرف تبدیل کرنا چاہتے ہیں اس طرف کا پاؤں کھڑا کر لیں یعنی صرف انگلیاں قہجی پر رکھی رہیں۔ باقی حصہ زمین سے اٹھا کر اجابت کریں۔ فوراً وہ نقصان بند ہو جائیگا۔ جیسر زور دیا ہے اور وہ نقصان کھل جائیگا جس کی طرف کا پاؤں

کھڑا رہے۔ لیکن تجربہ سے ثابت ہوا ہے کہ بعض اوقات سانس تبدیل ہو کر پھر اسی طرف عود کر جاتی ہے جہاں سے آئے پلٹا یا گیا تھا۔ اس لئے احتیاط کریں کہ سانس پلٹ نہ جائے۔ اور اس کے واسطے پانچ سے دس منٹ تک کا وقفہ

کافی ہے۔ یعنی اس مدت میں سانس دیر یا اور قائم ہو جاتی ہے۔ اور یہ بھی معلوم کر لیجئے کہ سر تبدیل ہونے کا قدرتی وقت دو گھنٹہ تسلیم کیا گیا ہے۔ مگر یہ مدت کلیہ نہیں ہے۔ بلکہ کثرت پر حکم لگایا گیا ہے۔ ورنہ بعض اوقات ایک گھنٹہ یا اس سے کم بیش تک خود بخود تبدیل ہو جاتی ہے۔ اور اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ اقسام تنفس پر دنیا کے تمام کاروبار تقسیم ہیں جبکہ نقشہ اور مفصل مال میں نے اسی کتاب میں دوسری جگہ بیان کر دیا ہے۔ اب مثلاً سیدھا سر حل رہا ہے۔ لیکن قدرت کو ایسا کام کرانا ہے جس کا تعلق آلے سر سے ہے تو ایسی حالت میں سانس پہلے تبدیل ہو جاتی ہے۔ پھر ان کے دل میں اس کام کرنے کا

خیال اور پھر عزم پیدا ہوتا ہے۔ اب میں نفوسِ سبعہ کی تشریح اور تفصیل کرتا ہوں  
 (اندک تفصیل اس کی اور اوراقِ سابقہ میں کر چکا ہوں) سرودھاجاننے والوں ہندو  
 عالموں نے سانس کی تین قسمیں بیان کی ہیں جن میں سے دو کا تعلق سیاگان سے  
 ہے اور ایک کا تعلق کسی ستارے سے نہیں۔ اور میں نفس کی سات قسمیں تحقیق  
 کر کے انکا نام اور نشان مختصر بنا چکا ہوں اور اب انکی تفصیل کرتا ہوں تاکہ اس  
 کتاب کے مطالعہ کرنے والوں کو اس کتاب کی حقیقت معلوم ہو جائے :

## قسم اول

جب سانس کا یھاؤ تیزی سے سیدھے نتھنے میں ہو اُس کو شمسی مَرکتے ہیں  
 اور ہندی ہیں اس کا نام بنگلا ہے جو نیکہ جسم کا دامنہ حصہ شمس سے منسوب ہے  
 اسی نسبت سے سیدھے نتھنے کے مَر کو شمسی مَرکتے ہیں۔ اس کا ستارہ شمس ہے  
 اور رنگ سرخ ہے۔ اور اصطلاح تصوف میں اسے نفسِ الملئمہ کہتے ہیں  
 اور قانونِ علم النفس میں جب شمسی نفس جل رہا ہو تو اسوقت یہ کام کئے جائیں تو مفید  
 ہوتے ہیں۔ حجامت بنوانا۔ عملِ عداوت کرنا۔ باہمی تفرقہ ڈالنے کی کوشش  
 کرنا۔ سفلی عمل پر مہنا۔ مکان کا توڑنا کسی جگہ کو دیران کرنا۔ درخت کی  
 شاخوں کو توڑنا۔ کسی کو قریب اور دھوکا دینا۔ کسی کا پیچھا کرنا۔ فصد کھلوانا  
 کسی کی ذلت کی کوشش کرنا۔ کسی کی چٹلی کھانا۔ کسی کو مرتبہ سے گرانا۔ جو اکھیلنا  
 شکا رکھیلنا۔ شراب پینا کشتی لڑنا۔ مباشرت کرنا۔ مشہل (جلاب) پینا۔  
 کسی کے کام کو روکنے کی کوشش کرنا۔ کسی کو کسی بُرے کام کی رغبت دینا۔  
 بی بی کو طلاق دینا۔ کسی کو نقصان پہونچانے کے لئے مقدمہ کرنا۔ اور اس قسم کے  
 کام دایاں مَر چیلنے میں یعنی شمسی نفس میں کرنا اکثر مفید ہوتے ہیں اور کامیابی

ہوتی ہے۔ اگر اتوار یا سینچر یا منگل کا دن ہو تو اور بھی ان اثرات میں تیزی ہوتی ہے اور اگر زوال ماہ یعنی اندھیری راتوں میں یہ کام کئے جائیں تو پھر نفس شمسی کی طاقت میں بے حد اضافہ ہو جاتا ہے۔ اور اکثر و بیشتر کامیابی ہوتی ہے۔ شاید بعض اصحاب اعتراض کریں کہ ایسے کاموں کی تلقین اور تحریریں وی گئی ہے جو شرعاً اور مذہباً بھی حرام ہیں اور اخلاقاً و تہذیباً بھی مذموم ہیں۔ میں عرض کروں گا کہ میں تحریریں اور ترغیب کے طریق پر نہیں لکھ رہا ہوں۔ بلکہ مجھے نیک و بد اثرات کا بیان کرنا ہے اور نفوس کے ماتحت جو امور کامیاب ہو سکتے ہیں ان کو بتانا ہے کوئی صاحب حرام امور پر عمل نہ کریں صرف علمی تحقیق ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر ان کے برے کاموں سے بچائے آمین +

## قسم دوم

جب سانس کا پیمانہ تیزی سے اٹھتے تھکنے میں ہو تو اصطلاح علم النفس میں اسے قمری ٹر کہتے ہیں اور اصطلاح قصوف میں اسے نفس اللوامہ کہتے ہیں اس کا رنگ زرد اور ستارہ قمر ہے۔ ہندی میں اسے ایڑا کہتے ہیں۔ چونکہ قمر کا تعلق ان فی جسم کے بائیں حصہ سے ہے اسی نسبت سے اس سر کو قمری ٹر کہتے ہیں قمری ٹر میں ایسے کام کرنا مفید ہیں جو دیر پا اور مستقل ہوتے ہیں اور ساتھ ہی ترغیباً اخلاقاً اور قانوناً مستحسن ہوں مثلاً گنواں کھدوانا۔ باغ لگانا۔ دوکان کا افتتاح کرنا۔ تجارت کا آغاز کرنا۔ مکان کی بنیاد رکھنا۔ مکان تبدیل کرنا۔ بچہ کو مدرسہ میں بھجوانا۔ اگر کوئی ہنر سیکھنا ہو تو اس کی تعلیم کا آغاز کرنا۔ ملازمت کرنا۔ بچوں کا نام رکھنا۔ روپیہ بنک میں جمع کرنا یا زمین میں دفن کرنا یا حفاظت کے لئے صندوق میں رکھنا۔ جائیداد خریدنا۔ جانور خریدنا کھیت

میں بیچ ڈالنا۔ اور اسی قسم کے کام قمری سر میں کرنا بہت مفید ہوتے ہیں۔ اگر پیر بدھ۔ جمہرات۔ جمعہ کا دن ہو تو اور بھی آخر میں زیادتی ہوتی ہے اگر عروج ماہ یعنی چاندنی راتوں میں اس قسم کے کاموں میں سے کوئی کام کیا جائے تو پھر نفس قمری کی طاقت میں دس گنا طاقت پیدا ہو جاتی ہے۔

## قسم سوم

جب سائنس دانوں و محققوں سے برابر جاری ہو تو اصطلاح علم النفس میں اسے نفس متساویہ کہتے ہیں اور ہندی زبان میں سکھنا اس کا نام ہے اور اصطلاح تصوف میں اسے نفس الکاملہ کہتے ہیں۔ اس کا رنگ غیر معین ہے اور ستارہ عطارد ہے اس کا تعلق شمسی۔ قمری اور تمام سیارگان سے ہے۔ اہل علم پر پوشیدہ نہیں کہ مساوات ہر چیز میں ہوتی ہے۔ مثلاً شمسی سر ہے۔ تو قمری سر کا وہاں وجود نہ ہوگا۔ لیکن مساوات کا قانون ہر حال اس میں ہوگا۔ اور جب قمری سر ہوگا تو اس میں شمسی کا شائبہ نہ ہوگا۔ لیکن نفس متساویہ کا وجود اس میں بھی پایا جائے گا۔ اور یہ کلیہ حکمت فلسفہ سے متعلق ہے چونکہ مسئلہ دقیق ہے اس لئے اندک تشریح ضرور ہے۔ قمری سر ہو یا شمسی ہو۔ اپنے تمام دور میں اول سے آخر تک ایک رفتار پر قائم نہیں رہتا۔ بلکہ اس درمیان میں کبھی نامعلوم طریق پر لمبی بٹشی ہوتی رہتی ہے اس سے مراد تبدیل مقام نہیں بلکہ اپنے مقام میں رہتے ہوئے بھی تیزی اور سبکی کا قانون جاری رہتا ہے اور ہر حالت میں نفس متساویہ کا وجود پایا جائیگا۔ خواہ وہ تیزی سے سبکی کی طرف یا سبکی سے تیزی کی طرف مائل ہو رہا ہو۔ اور آپ جب غور کریں گے تو ہر مقام پر نفس متساویہ کا وجود پائیں گے۔ اسی لئے اس کو نفس کاملہ کہا گیا ہے اور اس کا رنگ بھی غیر معین ہے۔ اہل بصیرت ہر رنگ میں اس کا رنگ دیکھ لیتے ہیں۔

بہر کرنے کے خواہی جامہ می پوش من اندازت برامی شلہ اسم  
لیکن یہ وقوق احد باریک مقام محل متدلال نہیں اور ان سے نتیجہ اخذ کرنا ان اصحاب کا  
کام ہے جو اس علم میں درک کامل حاصل کر چکے ہیں۔ بالفاظ صحیح اسے حال کہہ سکتے ہیں جو  
قال کی رنگ آمیزی سے خالی ہے۔ اور میں اس ترکیب پہلو کو روشنی میں لانے سے مجبور  
ہوں جس انداز قد کو لباس تحریر نہ پہنا سکیں اس سے دامن بچا کر ہی چلنا مجبوری ہے  
بس ہم اس نفس متضاد یہ ظاہرہ سے نتیجہ اخذ کر سکتے ہیں۔ جب تہر دہنی طرف سے بائیں  
طرف یا بائیں طرف سے دہنی طرف تبدیل ہوتے ہوئے درمیان میں نفس متضاد یہ چلتا ہو  
اس اثر میں حسب ذیل کام کرنا مفید اور خوب ہیں۔ افسروں اور حاکموں سے ملاقات کرنا  
خیرات کرنا۔ یا کوئی مکان عبادت یا علم و مہر کی تعلیم کے لئے بنایا جائے جیسے مسجد۔ مدرسہ  
مندر۔ آشرم وغیرہ۔ بیاہ شادی کرنا۔ نئے کپڑے پہننا۔ متبرک اور مقدس مقامات کی  
زیارت کے لئے سفر کرنا۔ اگر کسی غلط طریق پر جسم میں زبرد داخل ہو گیا ہو تو اس کے  
نکالنے کے لئے دوا یا آلات کا استعمال کرنا اور اسی قسم کے امور کرنا باعث کامیابی  
ہوتے ہیں۔

## قسم چہارم

ہر سہ اقسام بالا وہ ہیں جن کا ذکر علم النفس کے متداول رسالوں میں پایا جاتا ہے  
اور یہی تین قسمیں مشہور ہیں اور ابتدائی تعلیم علم النفس کے لئے نیز دنیوی امور اور  
سوالیات جوابات حاصل کرنے کے لئے یہ اقسام ششہ مستقل ہیں۔ بقایا قسم چہارم و پنجم  
و ششم و ہفتم خاص ارکان ہیں اور اس سے مخصوص اصحاب ہی فائدہ حاصل کر سکتے  
ہیں یعنی یقیناً مسلسل ہے۔ جب ان ہر سہ اقسام بالا میں درک تمام اور استعداد  
کامل ہو جائے تب بقایا اقسام چہارگانہ سے صیغ حاصل کیا جاسکتا ہے جب صفحہ اٹھ



کبرے کا وقت ہو یعنی جب آفتاب نصف النہار پر ہو تو شرعاً اسلام میں اس وقت نماز پڑھنا جائز نہیں حقیقت میں منجائے کبرے کی من تمہیں میں ہر سداوقات میں نماز جائز نہیں  
 اول جب آفتاب نکل رہا ہو۔ دوم جب آفتاب غروب ہو رہا ہو۔ سوم جب آفتاب نصف النہار  
 ہو مان ہر سداوقات میں کوئی کام نہ کرو۔ اور کسی سے کوئی بات نہ کرو اور ضروری  
 نہ کرو۔ کسی سے ملاقات نہ کرو۔ بلکہ خاموش خدا کے ذکر میں مشغول رہو۔ اگر کوئی کام  
 اپنے منجائے کبرے سے قبل شروع کرو یا ہے اور منجائے کبرے کا وقت آگیا تو کم سے کم  
 پانچ منٹ کے واسطے اس کام کو ترک کر دو۔ یہ یاد رکھو کہ کسی کام کا آغاز ہرگز نہ کرو  
 طلوع اور غروب کا وقت تو سب ہی پہچانتے ہیں۔ ہاں درمیانی وقت یعنی جب دن دو  
 حصوں پر برابر تقسیم ہو اس کی شناخت اہل علم ہی کر سکتے ہیں۔ لیکن موٹا صاحب  
 یہ ہے کہ جب دن کے پانچویں تب منجائے کبرے کا وقت سمجھیں۔ جس طرح طلوع و غروب  
 میں روزانہ کمی بیشی رہتی ہے اس طرح منجائے کبرے میں بھی روزانہ تبدیلی ہوتی ہے  
 اور اس کا صاحب یہ ہے کہ طلوع آفتاب سے غروب آفتاب تک جس قدر گھنٹے اور منٹ کا  
 دن ہو اس کا پورا نصف منجائے کبرے ہے۔ اس وقت جو کام شروع کیا جائے وہ بخیر و  
 خوبی انجام پر نہیں پہنچتا۔ یہ وقت بالکل خاموشی اور عبادت کا ہے۔ یہ واضح رہے کہ  
 اگر اہل علم نے نفس مساویہ میں کام کرنے کی مخالفت کی ہے۔ اگر آپ اس علم کی کذب و تکلیف  
 نہ معلوم ہوگا کہ اکثر و بیشتر اصحاب نے نفس مساویہ (دیکھو قسم سوم) میں ہی کام کرنے کی  
 مخالفت کی ہے مگر مجھے اس سے اتفاق نہیں۔ کیونکہ میں تشریح کر چکا ہوں کہ نفس  
 مساویہ ہر رکن کے اندر پایا جاتا ہے۔ کوئی جز نفس مساویہ سے خالی نہیں۔ نفس مساویہ  
 مراد وقت مساوی مراد ہو۔ یعنی جب دو دن وقت مل رہے ہوں اس وقت کوئی کام  
 نہ کرو۔ نہ کسی سوال کا جواب حاصل کرو۔ نہ مسئلہ کرو۔ غرض کہ جو کام بھی ان اوقات میں  
 کیا جائیگا وہ حسب فساد نہ ہوگا۔ اصطلاح تصوف میں اس کام نام نفس الماثر ہے

اس کا رنگ نیلگوں سرخی مائل ہے اور اس کا ستارہ مربع ہے :

## قسم پنجم

اس کا نام نفس المرصیہ ہے۔ اس کا رنگ سبز ہے اور ستارہ مشتری ہے۔ اور اس کا تعلق سخوائے کبرائے سوم سے ہے۔ یعنی جب آفتاب غروب ہو رہا ہو (طلوع آفتاب یعنی سخوائے کبرائے اول تو شمس سے ہونا بیان ہو چکا) ستارہ مشتری سعد اکبر ہے اور اس کی ساعت میں ہر کام سدھرتے ہیں۔ اور نہایت مبارک ساعت مشتری کی ہوتی ہے لیکن سخوائے کبرائے کے متعلق بغیر کسی استثناء کے کسی کام کا نہ کرنا بیان کیا ہے۔ حالانکہ قرینہ یہ چاہتا ہے کہ مشتری جو سعد اکبر ہے اس میں اہم کام کئے جائیں۔ اس لئے ساعت مشتری میں غروب آفتاب کے وقت کسی دعا یا بدعا کا اثر فوراً ہوتا ہے۔ علاوہ ازیں کیسوی قلب اور خیالات کا قیام اور تصور کی پختگی اس ساعت میں بہت مفید ہوتی ہیں۔ سمریزم کی مشق اور کسی شے کا تصور ساعت مشتری میں بہت جلد پختہ ہوتا ہے (اگر کوئی آدمی چند یوم تک غروب آفتاب کے وقت صرف پندرہ منٹ خیال کی کیسوی اور سکون قلب کی مشق کرے۔ پھر جو دعا یا بدعا اس کے منہ سے نکلتی ہے اس میں غوری اثر ہوتا ہے۔ اسی طرح اگر مطلوب کا تصور ساعت مشتری میں چند یوم تک کیا جائے تو بے کسی عمل کے تاثیر تمام پیدا ہوتی ہے۔ اور مطلوب سحر ہو جاتا ہے۔

## قسم ششم

اور اس کا جب سیدھے سے اگلے نٹھنے کی طرف عود کرتی ہے تو اس کی ساعت اول کا تعلق زحل سے ہوتا ہے۔ اس وقت اگر درد والی جگہ برس کیا جائے تو بے کسی عمل کے درد موقوف ہوتا ہے۔ اگر دور و دراز کا سفر کیا جائے تو بہت

مفید ہوتا ہے اور کسی امیر یا کسی بزرگ کی مذمت میں ماضی ہو تو اس سے نیک نتیجہ  
ماصل ہوتا ہے۔ اصطلاح نقوف میں ایسے نفس المرصیہ کہتے ہیں۔ اس وقت کی  
عبادت درج قبولیت پر پہنچتی ہے اور وظائف و عملیات میں بھی اثر ہوتا ہے  
اس کا رنگ سیاہ ہے ۛ

## قسم ہفتم

اور جب سانس اٹھنے کی طرف سے سیدھے نفع کی طرف آتی ہے تو اس کی  
ساعت اول کا تعلق زہرہ سے ہوتا ہے۔ اصطلاح نقوف میں اس کا نام نفس المٹنہ  
ہے۔ دم کشی اور زندگی بڑھانی کی کوشش اس ساعت میں بہت موثر ہوتی ہے اس کا  
رنگ سفید ہے۔ اس وقت قدرتی طریق پر نور کی بارش ہوتی ہے اور انسان اپنے  
قلب میں ایک المین اور سکون پاتا ہے۔ اور تمام عمل جو نیک نفع سے متعلق ہوں  
مفید ہیں ۛ

نوٹ :- خواہے کبرے اول۔ دوم۔ سوم ایک مستقل قسم ہے۔ خواہ مرد یا  
صل رہا ہو یا بایاں اس سے بحث نہیں ہے۔ اور یہ ایسے امور ہیں کہ جب انسان  
ان پر عمل کرے گا تو خود ہی اثرات معلوم ہوں گے۔ یہاں تک ایک خاص مقدمہ  
تھا جو میں بیان کر چکا۔ اور انشاء اللہ تعلق میں کسی وقت پھر بھی اسی کتاب میں  
نفس چارگانہ سے بحث کرونگا۔ فی الحال میں اقسام نفس ثلثہ دشمنی۔ قری۔  
مساوی سے بحث کرتا ہوں۔ اور یہ ہی اس علم میں مشہور باب ہیں۔ ذالک  
عہد العزیز العظیم۔

اگرچہ جبر و اختیار کا مسئلہ ایسا الجھا ہوا ہے کہ زمانہ دراز کی بحث و تحقیق اس  
گزہ کو نہ کھول سکی۔ حکماء اور علماء کے سجد تناقض آپ کو اس بحث میں ملیں گے

لیکن یہ سب جولانی طبع کی یاد رفتاری اور شوخی علم کی رنگ آمیزی ہے۔ پس ایسی طاقت ہے کہ غلط کو صحیح اور صحیح کو غلط کر دکھاتا ہے۔ لیکن حقیقت بالکل سادہ ہے۔ یعنی جب انسان اپنے افعال و کردار کا محشر کے دن جواب دہ اور اپنے امور کا کفیل ہے۔ اور اس پر جزا و سزا مرتب ہے تو اختیار کا ہونا بھی لازمی ہے۔ اگر یہ کہا جائے کہ انسان اندر سنا یا مختار ہے یہ بھی صحیح نہیں۔ اگر مجبور محض مان لیا جائے تب بھی عقل سلیم مان لینے کو تیار نہیں۔ اور اس اچھے ہوئے معاملہ کو بھی چھوڑ دو اس کے تسلیم کرنے میں تو چارہ نہیں ہو سکتا کہ خدا نے ذوالجلال نے انسان کو پیدا کر کے اس کی حاجات اور ضروریات کی تکمیل مختلف قسم سے کی ہے۔ دیکھ جب قدرت نے انسان میں تشنگی کا مادہ پیدا کیا تو اس کے دفع کے لئے پانی بھی پیدا کیا اگر تشنگی ہوتی اور پانی نہ ہوتا تو نظام کائنات میں خلل پیدا ہو جاتا۔ اسی طرح جب انسان کی حیات کا دار و مدار رزق پر رکھا تو قسم قسم کے اکرلات بھی پیدا کئے۔ ساتھ ساتھ عقل سلیم اور فکر بلیغ عطا فرمائی کہ ہر ان عطیات خداوندی سے فیض حاصل کریں۔ جب اللہ تعالیٰ نے موسم سرما پیدا کیا تو اس سے نجات کے واسطے رُوئی اور اون بھی پیدا کیا اور انسان کو نقل بالغ عطا فرمائی کہ وہ اس سے کپڑے تیار کر کے زحمت نہ رہے نجات پائے۔ غرض کہ اگر آپ یقین نظری اور ترقی نگاہی سے کام لیں تو معلوم ہو گا کہ قدرت نے انسان کو مجموعہ عجایب بتایا ہے۔ لیکن ہر حاجت کی تکمیل قدرت نے پہلے ہی تمہیں کر دی ہے۔ اور اس کا طریق استعمال بھی قدرت نے ہی سمجھا دیا ہے۔ لیکن باوجود تعلیم فطرت اور نظری بالغ کے کچھ بھی انسان تعلیم و تعلم کا محتاج ہے۔ دبستان فطرت میں انسان کو درس خاتم النبیین سے مل کر دیا ہے۔ لیکن حسب قانون ان اکفان کان ظلو ما کھولا۔ انسان جمالت کی باریکیوں میں ماہگم کردہ ہنگامہ رہتا تھا جس کے لئے قدرت نے دنیا میں

علم و حکمت کے مدرسہ جاری کئے۔ اور اُس مدرسہ علم و ادب میں ایک انسان کامل کو  
 مندرشد و ہدایت پر جلوہ گر فرمایا جو حکمت و تدبیر کی تعلیم سے کامل اور  
 اکل ہو چکا تھا اور جلیل انسانوں کو ہدایت کی کہ خاص مشن و مہم اہل اللہ کو  
 ان کائنات کا تعلیم اس تعلیم گاہ میں مختلف علوم و فنون سکھائے جاتے ہیں۔  
 ان میں سے ایک درس یہ بھی ہے کہ انسان اپنے دنیوی کام اور پرکڑے ہوئے مقاصد  
 درست کر سکے۔ اگر درس احادیث پاک پر تفصیلی نظر ڈالیں تو معلوم ہو گا کہ اگر  
 تشنگانِ چشم و صحبت اپنی تشنگی اس انسان کامل کے فیض سے بجھا رہے ہیں تو وہ ہر  
 طرف دنیوی عروج و غروب کے مجروح بھی مریض و مفلک حاصل کر رہے ہیں۔ غرض کہ یہ مدرسہ  
 قدرتِ ہر درد کا علاج اور ہر دکھ کا درماں کرتا ہے۔ یہ شفاخانہ رحمت مخصوص  
 نہیں۔ ان مختلف علوم میں سے جن کو انسان اپنے بڑے ہوئے کاموں میں استعمال  
 کرتا ہے ایک علم۔ علم النفس بھی ہے۔ اور یہ رسالہ ان ہی قوانین و قواعد پر مشتمل ہے  
 چونکہ یہ علم قدرتی ہے اور حسبِ قانون الدین یسوا اس علم کے قوانین و قواعد  
 نہایت سہل اور سیدھے سادے ہیں۔ اس میں نجوم۔ رمل۔ جفر۔ سادہ رک۔ علم الاعداد  
 علم الاسرار وغیرہ وغیرہ کی پیچیدگی کھائی اور ناہموار راستے نہیں۔ چند دن کی  
 مشق سے انسان اس علم کا ماہر بن سکتا ہے۔ نہ اس میں مزاج و تقسیم کی ضرورت  
 ہے۔ نہ نظیرہ اور استنتاج کی حاجت ہے۔ صرف معمولی سے تین سبق ہیں۔ اپنے  
 ایک ہاتھ کو انگلی سے بند کر دو۔ اور اس سے ہوا نکالو۔ پھر پہلے بند کئے ہوئے کو کھولو  
 اور دوسرے کو انگلی سے بند کر کے سانس نکالو۔ تم کو معلوم ہو گا کہ ایک ہاتھ سے سانس  
 صاف اور زور سے نکلی رہی ہے اور ایک سے مقدار میں کم نکلی رہی ہے۔ جس سے  
 صاف و زور سے نکلتا ہے چلتا سکتا ہے اور جس سے رک رک کر ہوا نکلے اس سے  
 بند کر سکتے ہیں۔ اگر دونوں ہاتھوں سے برابر ہوا نکلی رہی ہے تو اسے نفسِ متساوی کہتے ہیں

در یہ قانون میں منحنیات گذشتہ میں بیان کردیا ہیں۔ جس پر علم ان ہی تین اوابد پر  
 تقسیم ہے۔ جسم ان فی بین دو قوتیں برابر کام کر رہی ہیں۔ اور ان دو قوتوں پر انسان کی  
 زندگی کا دار و مدار ہے۔ ایک قوت باہر سے اندر آتی ہے۔ ایک قوت اندر سے  
 باہر کو جاتی ہے۔ اگر اس آئدہ رفت کا سلسلہ بند ہو جائے تو انسان فنا ہو جائے۔ باہر  
 اندر لائے کا کام شش سے متعلق ہے۔ اور اندر سے باہر لجانے کا کام قمر سے متعلق ہے۔  
 لیکن عقل سلیم اس نکتہ پر غور کرتی ہے کہ اس آئدہ رفت میں ایک اصول مساوات  
 قائم ہو چاہیے۔ وگرنہ کوئی شے وزن سے زائد ہو جائے گی (خواہ وہ آبیو الی ہو  
 یا جانیاو الی) تو نظم و ترتیب میں فرق ہو جائے گا۔ اس کے لئے قدرت نے نفس  
 متساویہ کو میزان بنا دیا ہے۔ نفس متساویہ کا یہ ہی کام ہے کہ وہ درجہ اعتدال کو  
 قائم رکھے اور وہ جو چیز اندر آنے والی ہے وہ حد سے زیادہ نہ آجائے اور جو شے  
 باہر جانیو الی ہے وہ اندازہ سے زیادہ باہر نہ نکل جائے۔ لیکن یہ قوتیں کسی خارجی  
 وجہ سے کبھی کبھی اپنے مقصد کا کام میں معطل ہو جاتی ہیں۔ اور ان کا تعطل ہی انسان کو  
 بیماری۔ مرض اور کام کو ج بگڑنے کا سبب ہو جاتا ہے۔ اس علم کا جاننے والا۔  
 اس وزن کو قائم رکھ سکتا ہے علی الخصوص جب نفس متساویہ اپنے فرائض پوری کرتا  
 معطل ہو جائے۔ اور ظاہر ہے کہ ہر شے میں توازن اور تناسب کا ہی قانون جاری  
 ہے۔ جب کسی شے میں توازن و تناسب کا قانون شکست ہو جائیگا وہ شے بھی  
 شکست ہو جائے گی۔ علم طب بھی اسی توازن اور تناسب کا حیاں کرتا ہے۔ انسان  
 جسم میں اربعہ عناصر کی حکومت ہے۔ جب تک اربعہ عناصر میں توازن قائم ہے۔  
 انسان تندرست ہے۔ جب قانون توازن شکست ہوا کوئی نہ کوئی بیماری پیدا  
 ہوتی۔ اس تناسب کو قائم کرنے کے لئے انسان کو علم طب سکھایا گیا اور طبی  
 دہیوں کی تاثیرات کا علم عطا فرمایا گیا۔ جب انسانی مشین میں کوئی خرابی پیدا

ہو جاتی ہے تو وہ ویات کے ذریعہ اس کی درستی کر دی جاتی ہے۔ اسی طرح جہان کا کوئی کام بگڑتا ہے یا بگڑنے لگتا ہے تو اس کی تکمیل ہو سکتی ہے اور اس حصہ کی تکمیل کا نام علم النفس ہے اور ان ہی قوانین پر یہ مسائل مشتمل ہے۔

**قانون**۔ قمری نفس جب سانس بائیں نکتے سے زیادہ زور سے نکل رہی ہو شمال و مشرق سے منسوب ہے۔ جب قمری ٹمر ڈل رہا ہو تو آپ شمال و مشرق کی طرف چلتے۔ کامیابی یقینی ہے۔ اگر چٹکس آپ مغرب اور جنوب کی طرف جائینگے تو کام میں خرابی ہوگی۔ اور جب شمس ٹمر ڈل رہا ہو (سانس دائیں نکتے سے زیادہ زور سے نکل رہی ہو) تو جنوب اور مغرب کی طرف کے کام کچھ سب کام درست اور حسب مشاؤ کامیابی پر ختم ہوں گے۔ اگر وہ دونوں نکتوں سے سانس برابر جاری ہو تو اس وقت کوئی کام دنیا کا نہ کریں۔ یہ وقت عبادت اور ریاضت کا ہے۔ اور دعا بد دعا کی قوت اس میں یعنی نفس متساویہ میں قدرت نے ودیعت رکھی ہے (چار اقسام جو میں سابقہ اوراق میں بیان کر چکا ہوں ان سے اس وقت بحث نہیں ہے۔ وہ ایک باب علیحدہ ہے۔ جب وہیں آگے چل کر بیان کر دوں گا۔ اگر کسی جگہ کسی مسئلہ میں تعارض اور مخالفت واقع ہو جائے تو آپ اس بیان نہ لےجیں۔ سابقہ اوراق میں مشتمل بحث ہے۔ اور اب میں اقسام ثلاثہ کو جدا گانہ اور اقسام اربعہ کو علیحدہ بیان کر رہا ہوں موجودہ درس اقسام ثلاثہ سے ہی متعلق ہے اقسام اربعہ سے یہاں کوئی تعلق نہیں ہے)

**قانون**۔ بلکہ سانس نکتوں سے آتی جاتی ہے لیکن اس کا منبع اور خزانہ زمین کی ہڈی ہے۔ سانس زمین کی ہڈی سے ہی خارج ہوتی ہے۔ اور اس جگہ جمع ہوتی ہے۔ قمری ٹمر کا تعلق زمین کی ان ہڈیوں سے ہے جو اپنی طرف حمیدہ ہوتی ہیں اور شمسی ٹمر کا تعلق ان ہڈیوں سے ہے جو سیدھی طرف جھکی ہوئی ہیں۔ اور نفس متساویہ کا تعلق زمین کی ان ہڈیوں سے ہے جو ان کے علم النفس نے نفس متساویہ کو

آسا موت سے تشبیہ دی ہے جس قدر ناسازگار امور حیات و نبوی میں واقع ہوتے ہیں۔ یعنی غم۔ فکر۔ موت۔ قرض۔ نقصان۔ لڑائی فساد وغیرہ وغیرہ وہ سب نفس متاویہ سے متعلق ہیں۔ اس کے امتحان کے لئے جب آپ غور کریں گے تو صاف ظاہر ہو جائیگا کہ جب کوئی فکر اور غم اندیشہ اور خطرہ کی بات پیدا ہوگی وہ اس وقت انسان پر وارد ہوگی جب سانس دونوں نفعوں سے برابر چل رہی ہوگی اب یہاں ایک اعتراض وارد ہوتا ہے اور وہ یہ ہے کہ نفس متاویہ چند منٹ کے لئے چلتا ہے کیونکہ قمری اور سورجی حیات اذکار و گھنٹہ دہائی و بیش (بے زیادہ نہیں) لیکن ایک بیماری۔ ایک مہلکہ۔ ایک خطرناک بعض اوقات برسوں اور مدت مدید تک چلتا رہتا ہے۔ قاعدہ یہ چاہتا ہے کہ جب سبب ختم ہو گیا تو اسباب بھی ختم ہو جانا چاہتے ہیں جس سبب سے اس کی نحوست نے ابدار اور نیکیت پیدا کی تھی جب وہ تبدیل ہو گیا تو اس کی نحوست بھی حسب قاعدہ ختم ہونا چاہئے۔ لیکن متاویہ شے ہے کہ زخم پہنچنے اور کسی عضو کے مجروح ہونے میں ایک منٹ صرف نہیں ہوتا مگر وہ زخم مدت مدید میں اچھا ہوتا ہے۔ بارش ٹھوڑی دیر ہو کر ختم ہو جاتی ہے لیکن نمی کا اثر مدتوں تک رہتا ہے۔ آگ جل کر اندک وقت میں فرو ہو جاتی ہے مگر اس کی حرارت اور گرمی بہت دیر تک قائم رہتی ہے۔ اسی طرح اگر آپ غور کریں گے تو سبب بہت جلد ختم ہو جاتا ہے مگر اس کے اسباب اور اثرات عرصہ تک قائم رہتے ہیں۔

**قانون**۔ آپ امتحان کریں قمری سُرخصہ ہوتا ہے اور شمسی سُرگر ہوتا ہے خوب غور سے معلوم کرو جب قمری سُرچلتا ہوگا جسم میں ٹھنڈک اور سرزدی ہوگی اور جب شمسی سُرچلتا ہوگا تو جسم میں گرمی ہوگی بعض اصحاب کو کبھی گھنٹہ بلکہ دن رات بخار رہتا ہے اور بدن ٹھیکتا ہے نہ علی الخصوص تپ محرقہ کے مریض ہر وقت بخار



چلتے رہتے ہیں حالانکہ اس قاعدہ کی مدد سے جب قمری سہر چلنے کا وقت آئے تو حیرت میں  
سردی پیدا ہونا چاہئے۔ حالانکہ ایسا نہیں ہوتا۔ اس کے واسطے آپ غور کریں تو  
معلوم ہوگا کہ قمری اور شمسی سہر کا اثر نمایاں نظر آئے گا۔ اگر آپ آئینہ مقیاس الحرارة  
(تھرمامیٹر) سے دیکھیں تو معلوم ہوگا کہ شمسی سہر میں حرارت زیادہ اور قمری سہر  
میں حرارت کم ہوگی۔ وہ اسباب اور اخلاط جن سے حرارت پیدا ہوتی ہے وہ  
اس قدر قوی ہو چکے ہیں کہ تنفس (سہر) کی قوت پر غالب آجاتے ہیں۔ اس لئے  
قمری سہر میں کل الرجوعہ تو حرارت کو دور نہیں کر سکتا۔ لیکن اپنی فطرت کو بھی ترک  
نہیں کرتا اور اپنی قوت کے مطابق کم ضرور کر دیتا ہے۔ جیسا کہ مشاہدہ گواہ ہے کہ  
بخار بھی تیز تھا۔ ابھی کم ہو گیا۔ اسی طرح دن رات میں کئی مرتبہ کم اور زیادہ ہوتا  
رہتا ہے۔ یہ نہیں ہو سکتا کہ کسی کو بخار کیساں رہے۔ یہ تغیر و تبدل اور کئی دہائی  
قمری شمسی سہر کے اثرات کے ماتحت ہے۔

**قانون تنفس یا سانس ہوا کا نام ہے۔** لیکن تین قوتیں متضاد انسان  
میں ہر وقت کام کر رہی ہیں ایک قوت کا کام ہوا کو اندر بھیجتا ہے۔ دوسری قوت کا  
کام ہوا کو باہر نکالنا ہے۔ تیسری قوت کا کام ہوا کو جسم کے ہر حصہ میں بھیلانا  
ہے۔ ان سب کے نام اور اقسام اس علم کی دوسری کتابوں میں موجود ہیں۔ لیکن  
اس رسالہ کے اسباق سے اُن کا کوئی تعلق نہیں ہے اور نہ ہی علم النفس سے کوئی خاص  
تعلق ہے نہ کسی عینک ان ناموں سے کوئی کام لیا گیا ہے۔ اس لئے میں ان باتوں کو  
ترک کرتا ہوں۔

**قانون**۔ جب ہوا اندر گھسیتی ہے تو اُس کی رفتار دس انگلی تک ہوتی ہے  
(بشرطیکہ حالت سکون کی ہو اور ٹھہر ٹھہر کر سانس لی جا رہی ہو) اور جب باہر  
نکلتی ہو تو یہ لمبائی بارہ انگلی تک ہو جاتی ہے۔ مراد یہ ہے کہ سانس جب اندر کی

طرف کھینچی ہے تو کم ہوتی ہے۔ اور جب باہر کی طرف نکلتی ہے تو زیادہ تعداد ہوتی ہے۔ یہاں ایک شبہ پیدا ہوتا ہے کہ جو سانس اندر کی کھینچی ہے وہ ہی باہر نکلتی ہے۔ جب اندر کھینچنے کی مقدار باہر نکالنے سے کم ہے تو زیادہ مقدار آتی کہاں سے ہے۔ اس کا جواب یہ ہے کہ جو ہوا ایسے باہر کو اندر کھینچی ہے وہ صاف اور لطیف ہوتی ہے۔ اور جو باہر کو نکلتی وہ گندمی اور غلیظ ہوتی ہے۔ انسان جو کھاتا اور پیتا ہے وہ معدہ میں جا کر کھیتی ہے اور اس وقت لطیف بخارات نکلتے ہیں ان بخارات کے شامل ہونے سے ہوا کی جسامت اور مقدار بڑھ جاتی ہے۔ اور یہ حکم مطلق کی خاص حکمت ہے۔ اگر باہر نکالنے کی مقدار کم ہوتی تو ان ہر وقت بیمار رہا کرتا اور انسان کے بیمار ہونے کی وجہ فاس یہی ہے کہ بخارات معدہ میں اس قدر کثرت سے ہوئے کہ تنفس کے ساتھ باہر نہ نکل سکے اور کثافت کی وجہ سے اس قدر وزنی ہو گئے کہ باہر نکالنے والی ہوا ان کو لانے میں کمزور ثابت ہوئی۔ وہ کثیف ہوا رگوں میں پھیل گئی اور انسان بیمار ہو گیا۔ آپ کے دل میں یہاں بھی ایک اعتراض پیدا ہوتا ہے کہ اس حالت میں ہر وقت ایک ہی مرض پیدا ہوتا۔ کیونکہ جب مادہ ایک ہے تو امراض مختلف کیوں۔ اس کا جواب یہ ہے کہ لوہان کے جسم میں ۷۲ ہزار رگیں ہیں (حسب تحقیق علم النفس) بس جس رگ میں یہ ہوا زیادہ پھیل گئی۔ وہ ہی بیماری پیدا ہوتی ہے۔ اور جب انسان چلتا ہے تو سانس کی لمبائی ۲۰-۲۱ انچ تک ہو جاتی ہے۔ اور دوڑنے میں ۲۲-۲۳ تک۔ تقریر کے وقت ۱۸-۱۹ انچ یا پڑھنے میں ۱۶-۱۷۔ صحبت کے وقت اور بعد صحبت یہ رفتار ۱۵-۱۶ تک ہو جاتی ہے لیکن حالت خواب میں اس کی طوالت کی مقدار سو تک۔ عالمان علم النفس نے مقرر کی ہے۔ یہ تعداد انتہائی ہے۔ ایک نچلی حساب سے انسان ۴۷ گھنٹے میں ایکس ہزار چھ سو سانس لیتا ہے لیکن اس میں ان کے ضعیف اور قوی ہونے کے

بھی بہت دخل ہے۔ اب قوی آدمی میں ۲۴ منٹ میں تقریباً تین سو ساٹھ مرتبہ  
 سانس لیتا ہے نتیجہ یہ اخذ کیا جاسکتا ہے کہ انسان جس قدر دیر میں سانس لے گا  
 اسی قدر اس کی عمر زیادہ ہوگی۔ اور صحت اچھی رہے گی اور اسی قاعدہ پر  
 تجربہ کیا گیا ہے کہ جو لوگ ایسا کام کرتے ہیں جس سے سانس پھول جائے۔ جیسے دوڑنا  
 یا کثرت (ورزش) کرنا۔ اکثر ان کی عمر کم ہوتی ہے یعنی مشرقی حکماء بہت دیر تک  
 دنیا میں رہے ہیں۔ انکی درازی عمر کا راز اس میں مضمر تھا کہ وہ اپنی سانس پر  
 قابو پالیتے تھے۔ عام طریق پر کوئی آدمی پانچ منٹ سے زیادہ دم کشی نہیں کر سکتا  
 لیکن جب اس کی مشق کی جائے اور جس دم کیا جائے تو آدمی بہت دیر تک سانس  
 روک سکتا ہے۔ ایک فقیر ۲۴ گھنٹہ تک زمین میں دفن رہ کر زندہ نکلا۔ چوبیس  
 گھنٹہ تک جس دم کرنا قانون فطرت کے خلاف ہے۔ اور میں بحیثیت علم اقرار  
 نہیں کر سکتا کہ چوبیس گھنٹہ تک جس دم کیا جاسکتا ہے۔ اور میں مجبور ہوں کہ اس  
 واقعہ کو کسی ایسے شعبہ سے اور راز دروین پردہ پر محمول کروں جو میری نگاہوں  
 پوشیدہ ہو۔ لیکن آخر میں معلوم ہوا کہ دہلی میں یہ فقیر جس دم کرتے ہوئے چوبیس  
 گھنٹہ کے بعد سردا بے سے مردہ نکلا۔ یعنی وہ شعبہ منقطع ہو گیا۔ اگرچہ سانس تو  
 اس کے بھی خلاف ہے کہ آدمی دس منٹ تک بھی جس دم شاید نہ کر سکے۔ لیکن  
 میں اس کی بیعاد زیادہ سے زیادہ پندرہ منٹ تک کر سکتا ہوں۔ بعض  
 معمولی بھیک مانگنے والے فقرہ کو دیکھنا گیا ہے کہ وہ بازاروں میں بھیک مانگتے  
 ہوئے اپنا منہ۔ اور ناک کے دونوں ہتھنے اور کانوں کے سوراخ مٹی سے اس  
 طرح بند کر لیتے ہیں کہ ان میں تنفس کا مطلق راستہ نہیں رہتا۔ بعض کا خیال ہے  
 کہ یہ لوگ مشق سے سانس کے راستے کو پلٹ لیتے ہیں۔ یعنی بجائے منہ اور ناک کے  
 میرے سانس لینے کی مشق کر لیتے ہیں۔ ممکن ہے یہ صحیح ہو۔ اب بالفرض اگر

مان بھی لیا جائے کہ جس دم ایک دوا زحمت تک کیا جاسکتا ہے۔ لیکن علیٰ حیثیت  
 اس تصدیق والا لیا حق کی ضرورت نہیں۔ علیٰ قانون کے ماتحت اگر آپ پانچ  
 منٹ سے دس منٹ تک بھی سانس روکنے کی مشق کر کے تو وہ سب کچھ حاصل  
 کر سکتے ہیں جو ایک کامل حکیم۔ کامل ولی اللہ اور کامل انسان کو حاصل ہو سکتا  
 ہے۔ قدرت کے مہربانہ راز آپ پر منکشف ہو جائیں گے اور آپ ایک دانائے  
 حقیقت و معرفت انسان ہونگے اور اپنی عمر کو دسویں برس تک پہنچا سکیں گے  
 اور یہ خلافت فطرت نہیں۔ آج بھی ترقی میں ایک شخص ڈھائی سو برس کی  
 عمر کا پایا جاتا ہے۔ افغانستان میں ایک شخص دسویں برس کی عمر کا موجود ہے اور  
 تحقیق کرنے سے آپ ایسے بہت سے آدمی دنیا میں پاسکیں گے جنکی عمر بہت زیادہ  
 ہے۔ اس کا ثبوت ہمارے پاس کوئی نہیں کہ یہ سب عمر والے شخص جس دم کیا  
 کرتے تھے یا قرآئن علم النفس کے حامل تھے۔ بلکہ قدرت نے ان کو عمر دراز ہی  
 عطا فرمائی ہے۔ ان اشخاص کا ذکر یہاں محض اس لئے کیا گیا کہ کوئی سو برس تک کی  
 عمر حاصل کرنا خلافت قانون فطرت نہیں۔ مذہبی طریق پر تو بعض پیغمبروں کا  
 عمر بہت ہی زیادہ تسلیم کی گئی ہے۔ جیسا کہ مذہبی کتابوں میں لکھا ہے کہ حضرت  
 آدم علیہ السلام۔ حضرت شعیب علیہ السلام۔ حضرت نوح علیہ السلام کی عمر  
 ہزار ہزار سال کی ہوئی۔ لیکن اس سے انکار نہیں کیا جاسکتا کہ دنیا میں بعض  
 انسان طویل العمر ہوئے ہیں۔ اب بھی اگر کوئی شخص جس دم کی مشق کر کے  
 اپنی سانس کو پانچ منٹ سے دس منٹ تک روکنے میں کامیاب ہو جائے تو  
 وہ طویل العمر ہو سکتا ہے۔

**قانون**۔ انسان مجموعہ اعضاء ہے۔ کبھی بیمار ہو جاتا ہے۔ کبھی اچھا۔ کبھی  
 امیر ہو جاتا ہے کبھی فقیر۔ کبھی خوش ہوتا ہے کبھی رنجیدہ۔ قدرت نے انسان کو ایسا

متلون مزاج بنایا ہے کہ ہر وقت اسکی حالت دگر گول ہوتی رہتی ہے۔ لیکن یہ قانون یاد رکھو کہ جب خوشی۔ دواآت۔ صحت۔ فارغ ابالی۔ نفع ہوگا تو ہمیشہ قمری نفس کے دور میں ہوگا۔ اور آپ تجربہ کریں گے تو اس کو صحیح پائیں گے۔

جب کوئی خوشی اور نفع کی بات ہوگی تو قمری سر میں ہوگی۔ اور جب کوئی نقصان بچ۔ ملال۔ بیماری کی بات ہوگی تو نفس شمس یا نفس قناریہ میں ہوگی۔ علم النفس میں یہ مانا ہوا قانون ہے۔ ابتدائے مشق میں آپ کو یہ تکلف معلوم کرنا ہوگا کہ اس وقت کون سا سر چل رہا ہے۔ لیکن کنبہ کی مشق کے بعد آپ کو تکلف کی ضرورت نہ ہوگی آپ نے کسی قانون کے استعمال کرتے ہوئے خود پہچان لیا کریں گے کہ اس وقت فلاں سر چل رہا ہے اور یہ شناخت بہت جلد حاصل ہو جاتی ہے۔

**قانون۔** صبح کے وقت بستر سے اٹھنے سے پہلے لیٹے لیٹے۔ اپنے نفعوں پر ہاتھ رکھ کر معلوم کرو کہ اس وقت کون سا سر چل رہا ہے۔ جس طرف کا سر چل رہا ہو اسی طرف کنبہ کی تفصیلی کچوم کر اپنے چہرہ پر خوب پھیرو۔ اور پھر ہاتھ کچوم کر اٹھ کھڑے ہو۔ وہ دن نہایت خوشی اور سعادت میں گزرے گا۔ یہ عمل خصوصاً

اس دن بہت ہی مفید ہوتا ہے۔ جس دن کوئی اہم کام ہو۔ مثلاً مقدمہ کی تالیف ہو۔ یا کسی افسر سے ملاقات کرنا ہے۔ یا کوئی خاص نفع نقصان کا کام درپیش ہے۔ اور اس سے اس کام میں کامیابی ہوتی ہے۔ اسی طرح جس رات میں نیا چاند دیکھے (چاند رات) اس کی صبح کو طلوع آفتاب کے وقت دیکھو کہ کون سا سر چل رہا ہے۔ اگر قمری سر چل رہا ہے تو یہ علامت ہے کہ پندرہ دن تک کوئی شدید حادثہ پیش آئے گا۔ اور آپ خوشی۔ ترقی۔ عزت۔ کامیابی فتح پائیں گے۔ اگر شمسی سر چل رہا ہے تو پندرہ دن تک مصائب اور کام۔ فکرات

وترو دوات - بیماری اور نقصان کے لئے تیار ہو جاؤ۔ اسی طرح پندرھویں تاریخ کی صبح کو طلوع آفتاب کے وقت دیکھو اگر شمسی سرپل رہا ہے تو سعد اور مبارک ہے واور اس کا وہ ہی ثمرہ ہے جو عروج ماہ میں قمری کا تھا۔ اگر قمری سرپل رہا ہے تو حادثات اور واقعات کا ہونا پایا جائیگا۔ اور یہ ایسے اٹل قانون قدرت ہیں جس میں خلاف نہیں ہو سکتا۔ اَللّٰہُ شَاءَ اللّٰہُ وَاللّٰہُ غَاۤرِبٌ عَلٰی اَمۡرِہٖ وَکَیۡنَ اَکْثَرُ لِقَآئِہٖۤ اَلۡیَاسَۃَ قدرت کو ہر وقت اختیار ہے کہ وہ سعد کو بخش اور کس کو سعد کر دے۔ مگر علم کا قانون یہی ہے اور ایسا ہی ہوتا ہے۔ اگر کبھی اس کے خلاف ہو جائے تو وہ خاص علم اکمل کا کین ہے۔ جس میں یارائے دم زدن نہیں ہے۔

**قانون** - آقدیر و تدبیر کا مسئلہ بھی ایک لائیکل معہ ہے۔ اسی کا دوسرا نام چہرہ اختیار ہے۔ میں ان پھندوں میں الجھنا نہیں چاہتا۔ عالمان علم النفس کا مذہب اور قانون بیان کرتا ہوں۔ ان کا تجربہ ہے کہ جب خلاف سرپلے تو فوراً تبدیل کر دے اس سے آنے والا واقعہ بند ہو جاتا ہے اور صحت کے واسطے بھی مفید ہے جو لوگ تو انین علم النفس پر عمل کرتے رہتے ہیں وہ ہمیشہ تندرست رہتے ہیں۔ ان کو کوئی بیماری نہیں سنا تی۔ کیونکہ خلاف سر کا چلنا خرابی دماغ و معدہ کی بھی علامت ہے۔

**قانون** - ایک ماہر علم النفس کا تجربہ ہے کہ اگر شمسی سرپل رہا ہے اور آپ قمری میں تبدیل کرنا چاہتے ہیں تو داہنے تھکنے میں ذرا سا شہد لگا دو تو مطلوبہ سر چلنے لگے گا۔

**قانون** - جبوقت قمری شمسی میں تبدیل ہونا شروع ہوتا ہے اسوقت اجزائے دماغ اسقدر مشتعل ہو جاتے ہیں کہ خوشبو اور بدبو کا احساس انسان کو نہیں ہوتا۔ اور یہ حالت تقریباً دو منٹ تک رہتی ہے۔ اگر آپ امتحان کریں گے تو معلوم ہوگا کہ دن میں کئی مرتبہ یہ حالت پیدا ہوتی ہے کہ خوشبو اور بدبو کا احساس

نہیں ہوتا۔ اور جب قریب قریب چل رہا ہو تو دماغ اس قدر حساس ہوتا ہے کہ دور سے  
انکے خوشبو اور بدبو کا احساس ہو جاتا ہے۔

**قاعدہ۔** جب کسی باہم واقعہ کے لئے گھر سے نکلنا کوئی مفید ہے۔ یا کسی  
دشمن سے مقابلہ ہے۔ بہر حال کوئی خاص نفع نقصان کی بات کے واسطے گھر سے نکلنا  
تو پہلے وہ قدم گھر سے نکالو جس طرف کا نقصان ہے۔ گھر سے مراد بیرونی دروازہ  
ہے۔ اگر آپ اس پر عمل کریں گے تو بہت سے فائدہ پائیں گے کسی دشمن سے مقابلہ  
ہے اور دشمن قوی ہے جس سے آپ کو خطرہ ہے۔ یا کسی افسر کے سامنے پیشی ہے۔ اور  
نقصان پہنچنے کا خطرہ ہے۔ بہر حال پر وہ آدمی جس سے کوئی خطرہ ہو یا آپ حسبِ مشاء  
اس سے کام لینا چاہتے ہیں یا افسر فتح پانا چاہتے ہیں تو اس طرح کھڑے نہ ہونا چاہیے  
کہ وہ شخص تمہارے بند سر کی طرف ہو۔ آپ دیکھیں گے کہ کس طرح وہ شخص آپ کا  
طرفدار ہو جاتا ہے۔ یا نرم ہو جاتا ہے یا آپ سے مغلوب ہو جاتا ہے (جو مرد صفا  
اور آہستہ چل رہا ہے اس کا حکم بند ہونے کا ہے) خلاصہ یہ ہے کہ جو شخص آپ کے  
بند نفس کی طرف ہو گا وہ آپ کے ہم خیال اور آپ سے کمزور ہو جائیگا۔ اگر تمہارا  
دشمن۔ تمہارا افسر چلتے سر کی طرف ہے تو یقیناً اس کی مخالفت زیادہ ہوگی اور  
آپ کو نقصان پہنچ جائیگا۔ آپ اس قانون کا تجربہ کریں۔ بالکل صحیح پایگی  
جس شخص سے جو بات منوانا ہو اس کو اپنے بند سر کی طرف بٹھا کر بات کرو۔ جو  
بات آپ کہیں گے وہ مان لے گا۔ اور ہرگز تمہارے خلاف نہ کرے گا۔ یہاں  
ایک نکتہ قابلِ ملاحظہ ہے۔ جو آپ کے دل میں پیدا ہو گا اور وہ یہ کہ افسروں کے  
سامنے ہمیں کیا اختیار ہے کہ ہم جدھر چاہیں کھڑے ہو جائیں۔ یا کوئی ایسا موقع  
ہے کہ ہم کسی شخص کو اپنی خواہش کے مطابق نہیں بٹھا سکتے نہ ہم بیٹھ سکتے ہیں  
نہ وہاں کیا کریں۔ اس کا جواب یہ ہے کہ کسی صورت سے اپنے چلتے سر کو بند کر لو

مثلاً آپ کا دایہا نہ تھا چل رہا ہے اور مطلوب شخص بھی دایہنی طرف ہے۔ تم  
بندہ ترکی طرف آئے متقل نہیں کر سکتے تو ایسی حالت میں کسی طریقے سے اپنا دایہا  
مترند کر لو۔ اگر سانس کی تکلیف ہو تو منہ سے سانس لے لو۔ اس طرح بھی اپنی  
بات مندا سکتے ہو۔ یاد دشمن پر فحج پاسکتے ہو۔ یہ ایک خاص اور مجرب قانون  
ہے۔ اسپر ضرور عمل کرو۔ اور فائدہ پاؤ۔ ایک اور مفید اور قابل غور تجربہ معلوم  
کر دو کہ اگر کسی شخص کو اپنی بی بی پر قابو حاصل نہیں۔ بی بی زبردست ہے اسپر  
فحج حاصل نہیں ہوتی تو علم النفس کا عمل زبردست اور تیرہ ہدف عمل ہے۔  
اس عمل کی ترکیب یہ ہے کہ جب عورت ایام مہواری سے فارغ ہو اور اسوقت  
مرد کا قسمی اور عورت کا قمری یعنی مرد کا دایہا اور عورت کا بایاں سر چل رہا ہو  
تو قربت کرے مرد اسپر فحج پائینگا۔ اور بی بی ہمیشہ ہمیشہ تابع فرمان رہے گی۔  
مراویہ نہیں ہے کہ چند ایام مہواری سے پاک ہو اس دن ہی قربت کجاؤ  
بلکہ سات ایام تک اسکی تعداد ہے۔ سات دن کے اندر اندر قربت کر سکتے ہیں  
اگر مرد نافرمان ہو اور عورت سے دلشکی اور موافقت نہ ہو تو وہ مرد سے اسوقت  
بات کرے جب عورت کا قسمی اور مرد کا قمری چل رہا ہو۔ اب ایک مشکل اس میں  
یہ ہے کہ اپنا مترند ہر ان معلوم کر سکتا ہے۔ دوسرے کا مترکس طرح معلوم کرے  
اس کے لئے آپ تاریخ سے حاب کر سکتے ہیں جو میں ابتدائی صفات میں بیان  
کر چکا ہوں۔ اس حاب سے ہر ایک کا نفس معلوم ہو سکتا ہے۔ یا کسی اور عورتی  
ترکیب سے معلوم کر لیں کہ کون سا متر چل رہا ہے۔ علمائے علم النفس نے ایک  
اور اثر بھی بیان فرمایا ہے جس شخص کے اولاد نہ ہوتی ہو تو وہ ایسے وقت میں  
مباشرت کرے۔ جب عورت کا قمری (بایاں) اور مرد کا قسمی (دایہا) متر چل  
رہا ہو تو بحکم خدا اولاد ہوتی ہے اور یہ ایسا عمل ہے کہ اسپر عمل کرنے سے یقینی۔



فائدہ ہوتا ہے اَلَا مَا شَاءَ اللہ درمیانی حالات کا بھی حباب اس میں ہے لیکن وہ  
 اس کی تفصیل ہو سکتی ہے جو طوالت کے سبب سے میں نظر انداز کر تا ہوں۔ مذہبی  
 کتابوں میں تحقیق ہے کہ حضرت خواجہ علیہ السلام حضرت آدم علیہ السلام کی بائیں پسلی سے  
 پیدا ہوئی تھیں۔ چونکہ جسم کے بائیں حصہ کا تعلق قر سے ہے اس لئے عورت کا قمری  
 سر سے اور مرد کو شمسی سر سے تعلق ہے۔ لہذا جب ایسا وقت ہو گا کہ مرد کو شمسی اور  
 عورت کا قمری سر چل رہا ہو تو بائیں محبت کے جذبات پیدا ہوتے ہیں۔ ایک اور نکتہ  
 بھی معلوم کرو۔ مرد اور عورت آمنے سامنے ایک بستر پر لیٹیں یعنی دونوں کا منہ  
 مقابل کرو۔ اس طرح لیٹنے میں مرد بائیں کروٹ پر ہو گا اور عورت دہائی کروٹ پر  
 اس طرح بخوڑی دیر لیٹے رہیں تو بائیں جذبات محبت پیدا ہوتے ہیں۔ اور اس  
 طرح لیٹنے میں بغیر کسی مزید کشش کے مخالف سر طے لگتے ہیں۔ یعنی عورت کا قمری  
 اور مرد کو شمسی اور اس کا نتیجہ محبت اور یگانگیت نیز اولاد زینہ پیدا ہونے کا سبب  
 ہوتا ہے۔ اب ایک ایسا زبردست عمل ہے جو اپنے نتیجہ میں قبل نہیں ہوتا۔ اور جو میاں بیاہی  
 اس حدس پر عمل کریں گے ان کی زندگی ہمیشہ خوش و خرم رہے گی اور دونوں کے دلوں  
 میں لادانی محبت کا سمندر موجزن رہے گا۔ علم النفس کا لطف اسی شخص کو آتا ہے  
 اور وہ بھی شخص اس کے مرتبہ رازوں پر مطلع ہوتا ہے جو عمل بھی کرتا ہے اس کے  
 قال میں کوئی لطف نہیں۔ ہاں اس کا حال ہر اسر عجائبات و لا تجرات سے ہے  
 جو شخص علم النفس کے کسی قانون پر عمل کرے گا۔ اسکو معلوم ہو گا کہ اس علم کے ہر مرتبہ  
 اور ہر حرکت میں حکمت و منفعت کے خزانے بند ہیں۔ لیکن یہ قانون یاد ہے  
 کہ جب کسی مرد کو اپنا ہم خیال کرنا ہے۔ اور اپنی طرف سے اس کے دل میں جذبات  
 محبت پیدا کرنا ہیں تو مرد کو اپنے بندہ بننے دتر کی طرف متکثر کرو۔ دونوں میں  
 جو فرق ہے اس کو سمجھ لو۔

**قاعدہ** - میں نے قاعدہ مذکورہ بالا میں بیان کیا ہے کہ پہلے اُس طرف کا قدم اٹھاؤ جس طرف کا شربند ہے لیکن یہ قاعدہ مخصوص ہے دشمن کے مقابلہ کے لئے کسی مقدمہ میں بیان دینے کے لئے کسی افسر کو اپنا ہمنوا کرنے کے لئے مقدمہ کا فیصلہ انصاف پر کرنے کے لئے اور اسی قسم کے مقاصد کے لئے لیکن جب عام طریق پر آپ گھر سے نکل رہے ہیں - اور کسی سے ملاقات کرنا ہے یا تجارت کا لین دین ہے یا کسی سے قرض لینا ہے - یا بیاہ شادی کی بات کرنا ہے یا کسی سے شرکت کا قصد ہے اس قسم کے امور میں داہنے بائیں یا قمری - شمسی شہ کی قید نہیں - گھر کے بیرونی دروازہ پر کھڑے ہو کر دیکھو کہ کون سا شہ چل رہا ہے بس جو بھی شہ چل رہا ہو (خواہ شمسی ہو یا قمری) پہلے اُسی طرف کا قدم گھر سے نکالو - اپنے مقصد میں کامیاب ہو گے - اگر اس بات کا خیال رکھو کہ دس قدم تک پہلے وہ ہی قدم اٹھاؤ جو شہ چل رہا ہو (خواہ شمسی ہو یا قمری) پہلے اُسی طرف کا قدم گھر سے نکالو - اپنے مقصد میں کامیاب ہو گے - اگر اس بات کا خیال رکھو کہ دس قدم تک بھی دو ہی قدم اٹھاؤ جو شہ چل رہا ہو تو پھر کامیابی میں شبہ نہ کرو - یہاں یہ بات بھی واضح کر دینے کے قابل ہے کہ شاید آپ کو کسی قاعدے میں خلافت اور تقاد نظر آئے - یعنی کسی پہلے قاعدے کے خلافت ہو تو خوب یاد رکھو کہ ثانی قاعدہ اور کسی کی تحقیق ہوگی - اگرچہ میں نے مخالف مواقع پر نوٹ لگا دیا ہے (کہ بعض کی تحقیق ہے) تاہم کسی تک یہ نوٹ رہ جائے تو اس سے یہ ہی مراد ہوگی کہ پہلا قاعدہ میرا تحقیق شدہ ہے اور دوسرا قاعدہ کسی اور عامل کا - آپ فرمائیں کہ ان میں سے مزید کون ہے تو میں عرض کروں گا کہ ہر شخص اپنی ہی تحقیق کو مستحکم اور مبنی پر مصداق سمجھتا ہے - مجھے بھی اپنی ہی تحقیق پر اعتقاد ہے تاہم میں نے ہر بزرگ اور عامل کے اقوال اس میں جمع کر دیئے ہیں - دیکھو دیکھو وہی دینے -

**قاعدہ** - جب گھر سے دور دراز سفر کے لئے نکلے تو پہلا قدم گھر سے اس وقت نکالو جب قمری ثمر میں رہا ہو یعنی بایاں نتھنا جاری ہو۔ اور جب سفر نزدیک ہے تو شمسی ثمر میں گھر سے قدم نکالو۔ سفر میں کامیابی ہوگی۔ واضح ہو کہ علم النفس میں چار قسم کے سفر مقرر کئے گئے ہیں۔ نزدیک کا سفر۔ دور کا سفر۔ نقصان اور خطرہ سے محفوظ ہونے کا سفر۔ نفع اٹھانے اور مقصد پانے کا سفر۔ ان چاروں سفروں کے لئے جداگانہ قانون ہے۔ جن میں سے دو سفروں کا بیان سطور بالا میں کر دیا۔ اب تیسرے سفر کا حال یہ ہے کہ آپ کو کہیں جانا ہے۔ مگر راستہ میں کسی قسم کا خطرہ ہے۔ آپ کا خیال ہے کہ کوئی نفع مقصد نہیں پس خطرات سے بچکر منزل مقصود پر پہنچنا ہے۔ مثلاً آپ کے حج مبارک کے لئے یا کسی یاترا اور مقام متبرک کی زیارت کے واسطے جانا ہے۔ ظاہر ہے کہ اس سفر سے کوئی دنیوی نفع مقصود نہیں۔ مگر راستے میں ریل۔ جہاز۔ اور قطاع الطریق کا خطرہ ہے تو اس قسم کے سفر میں جاتے وقت پہلے گھر میں یہ عمل کر لو۔ خدا یا ہے تو امن و امان سے اپنے گھر واپس آؤ گے وہ عمل یہ ہے کہ چلتے وقت اگر شمسی ثمر چل رہا ہو۔ تو داہنے ہاتھ کی ہتھیلی تھمے کی طرف کرو (شمسی کی طرف) تاکہ قدرے ہوا لگجائے اس ہاتھ کو اپنے تمام جسم پر بٹو۔ اسی طرح پانچ مرتبہ کرو اور داہنا پاؤں اٹھا کر پانچ مرتبہ زمین پر مارو اور خدا کا نام لیکر چلے دو۔ بحکم خدا امن و امان اور بیمہ وجوہ خیریت سے گھر واپس آؤ گے۔

اگر قمری یعنی بایاں ثمر چل رہا ہے تو یہ عمل چار مرتبہ کرو۔ عمل میں کوئی فرق نہیں ہے۔ صرف تعداد میں فرق ہے۔ شمسی میں پانچ مرتبہ اور قمری میں چار مرتبہ یہ عمل کرو۔ اور اس سے نفع حاصل کرو۔ ایک قانون یہ بھی یاد رکھو کہ ریل پر۔ موٹر پر گھوڑے پر۔ سائیکل پر غرض کہ کوئی سواری ہو اس پر سوار ہوتے وقت ایک

لمبا سانس اندر کو کھینچو اور پہلا قدم اس سواری پر رکھ کر سانس باہر نکالو۔ راستہ میں اس اور آسمان کی پانچوں شمسوں اور قمری شمسوں کی تقسیم حدود اور بعد پر میں ابتداء میں بیان کر آیا ہوں۔ اور آسمانی کے واسطے پھر گزارش ہے کہ قمری شمس میں مشرق اور شمال کی طرف سفر کرو۔ اور شمس سر میں مغرب اور جنوب کا سفر کرو۔ اس سے سفر میں کامیابی ہوتی ہے۔ اب کوئی وقت ہے کہ آپ کو جاننا ضرور ہے کہ شمس فلاف ہے تو اس کے واسطے وہ ہی عمل کر لو یعنی جسم پر ہاتھ کو پھیرنا اور قدم زمین پر مارنا (اس سے اوپر والے قاعدہ میں یہ ہی بیان ہے) اس عمل سے وہ نحوست دور ہو جاتی ہے جو فلاف شمس میں سفر کرنے سے پیدا ہونیکا احتمال ہے۔

**قاعدہ -** بعض اصحاب کچھ ضعیف معدہ اور سوء ہضم کی شکایت رہتی ہے۔ اشتہا نہیں ہوتی۔ کھانے کے بعد دل بگڑ جاتا ہے۔ تہیج بڑھتی ہے۔ کھانے کے بعد بعض کی حرکت غیر معمولی تیز ہو جاتی ہے غرض کہ پیٹ کی کوئی تکلیف ہو تو آپ اس قانون پر عمل کریں ایک ہفتہ میں تمام شکایات دور ہو چکیں اور کسی قسم کا خلل پیٹ میں نہ ہوگا۔ بھوک کھلے گی۔ آپ بغیر دوا کے حیرت انگیز نتائج اس کے دیکھیں گے۔ (وہ قانون یہ ہے کہ جب شمس سر مل رہا ہو تو کھانا کھائے۔ اور کھانا کھا کر پانچ منٹ کے واسطے دائیں کروٹ پر لیٹ ملے۔ پس اسے عمل سے سب شکایات دور ہو چکیں) جو شخص اس کا التزام کرے کہ کھانا ہمیشہ شمس سر میں کھایا کرے اور پانی پیئے اور مشاب کرتے ان دو کاموں کے لئے قمری شمس کی عادت کرے تو اس کی تندرستی ہمیشہ قائم رہتی ہے اور ایسا شخص کبھی بیمار نہیں ہوتا۔ اگر آپ اسی ایک قانون پر عمل کر لیں تو معلوم ہو جائے گا۔ کہ علم النفس کس قدر زبردست اور پر منفعت

علم ہے۔ یہ تو ظاہر ہے کہ تمام قوانین پر عمل کرنا بہت دشوار ہے اور سب قوانین پر عمل نہیں کیا جاسکتا۔ تاہم ان آٹھ گنت قوانین میں سے ایک قانون پر بھی آپ عمل کریں گے تو معلوم ہو جائے گا کہ یہ سب تجربات صحیح ہیں اور علم و حکمت کا بانی ہیں۔ فانی مغیرہ سیاہ کرنا نہیں ہیں نہ بے وجہ آپ کا وقت خرچ کیا جا رہا ہے نہ بے سبب دماغ پٹا جا رہا ہے۔ یہ تجربے اور حکمت کے قانون ہیں مگر لطف جب ہی ہے کہ کتاب پڑھ کر سرمایہ طاق نکرو دی جائے۔ بلکہ اس کو مطالعہ میں رکھیں اور وقت پر کسی قانون کا تجربہ کریں۔ میں امید کرتا ہوں کہ انشاء اللہ آپ کی زندگی میں ایک مرتبہ اس کتاب کا ایک قانون آپ کو اس قدر فائدہ اور نفع پہنچا دے گا جو بیش بہا بلکہ بے بہا ہوگا۔ باوجودیکہ آپ نے اس کتاب کی قیمت بہت ہی معمولی دی ہے۔

بعض اصحاب کو باری کا بخار یا لرزہ آتا ہے اور اس کا ایک وقت معین ہوتا ہے۔ جن زمانے میں علم النفس سے مجھے وقتیت نہ تھی تو میں حیران تھا کہ لرزہ وقت معینہ پر آتا ہے یا دردِ سر کی شکایت وقت معینہ پر ہوتی ہے۔ یا بخار کی شدت وقت مقررہ پر ہوتی ہے۔ بعض لوگوں کو دراز غصہ تک بخار کا آتی ہے۔ بعض کو چوتھیا (چوتھے دن لرزہ آنے کو چوتھیا اور تیسرے دن آنے کو تھیرا) کہتے ہیں، لیکن اس کا وقت ایسا معین ہوتا ہے کہ معمول کا فرق نہیں ہوتا۔ مجھے تعجب ہوتا تھا کہ آخر یہ کوئی ذی حس بیمار ہی ہے یا اس کے پاس گھڑی ہے کہ جہاں وہ وقت معینہ آیا اور یہ سوا رہے ہو گیا۔ اس یقین وقت کی کیا وجہ ہے۔ آخر علم النفس کے مطالعہ سے یہ مشاہدے ہو گئے کہ ان مرضوں کا تعلق علم النفس اور سیارگان سے ہے۔ جب اس سے مشورہ گردش پر مشاہدہ آتا ہے اور سانس ملتی ہے اس وقت اس مرض کا دورہ ہوتا ہے۔ اب آپ بھی امتحان

کہیں کہ جب اس قسم کے امراض کا دورہ ہوگا تو ایک ہی سہریں ہوگا۔ شمس میں  
 یا قمری میں۔ ایسا ہرگز نہیں ہو سکتا کہ کبھی دورہ شمس سہریں پڑے۔ کبھی قمری  
 سہریں۔ اور جب سہریں تبدیل ہوتا ہے۔ دورہ میں بھی تخفیف ہوتی ہے۔  
 مرگی کا دورہ خود علم النفس سے منسوب ہے۔ نفس متناوبہ میں ایک وقت ایسا  
 آتا ہے کہ بلیک نار نے کی مدت کے لئے دل کی حرکت بند ہو جاتی ہے۔ اور  
 دل کی حرکت بند ہوئی اور آدمی بیہوش ہو کر گرے۔ اس کا نام مرگی ہے۔ یعنی  
 دل کی حرکت بند ہو جانا میں اس کا طریقہ علاج بتاتا ہوں جو صاحب اسپر عمل  
 کرے گا وہ بے دوا کے معیت پائے گا۔ بالکل معمولی علاج ہے۔ پہلے اس کی  
 تحقیق کر لے کہ کس سہریں دورہ آتا ہے (مرگی سے یہاں بحث نہیں۔ صرف  
 تپ۔ لرزہ۔ اور درد مہرین بیماریوں کے لئے یہ علاج ہے) جب یہ تحقیق  
 ہو جائے کہ فلاں سہریں دورہ پڑتا ہے تو دورہ سے چند روز منٹ پہلے اس  
 سر کو بند کر دو کہ وہ چلنے ہی نہ پائے۔ دو تین دفعہ کی مشق میں دورہ موقوف  
 ہوگا۔ مثلاً آپ کو تحقیق ہوا کہ شمس سہریں دورہ آتا ہے تو یقیناً پہلے قمری سہریں  
 رہا ہوگا۔ جب شمس تبدیل ہوگا تو دورہ پڑے گا۔ آپ چند روز منٹ  
 پہلے یہ انتظام کر لیں کہ دایئہ ہتھ کے کو روٹی سے بند کر دیں یا ایش ہتھ سے  
 سانس لیتے رہیں۔ آپ دیکھیں گے کہ پہلے ہی دن دورہ کمزور آیا۔ اور  
 دو تین مرتبہ میں عمل کرنے سے بالکل موقوف ہوگا (آپ کے خیال میں یہ  
 اعتراض پیدا ہوگا کہ جب ہم نے اس منبع اور مطلع کو بند ہی کر دیا تو پھر سبک  
 اور ہلکا بھی کیوں آیا۔ اس کو پہلے دن ہی نہ آنا چاہئے۔ یہ اعتراض بادی  
 میں وزنی اور قابل قبول ہے۔ لیکن آپ برابر پڑھتے آرہے ہیں کہ سیارگان  
 نفس کا تعلق ہے۔ شمس۔ قمری سہریں ہی چاند اور سورج کا ہے۔ یعنی سانس

اور ستارے و ذروں کی کراٹر کرتے ہیں۔ آپ نے دوا سببوں میں سے ایک کو بند  
 کر دیا لیکن شمس یا قمر کی رفتار کو بند نہیں کر سکتے۔ اس لئے ایک سبب باقی رہ جاتا  
 ہے لیکن ایک باہر ٹوٹ جانے کا یہ اثر پہلے دن ہی ہو گا کہ دورہ کمزور ہو گا  
 دو تین مرتبہ بالکل جاتا رہے گا۔ کیونکہ تنہا ستارے کی قوت کچھ نہیں کر سکتی  
 یہاں ایک اعتراض بہت ہی وزنی اور پیدا ہوتا ہے اور میں امید کرتا  
 ہوں کہ اس کا جواب آج تک کسی کتاب میں آپ نے نہ دیکھا ہو گا۔ سوال یہ ہے کہ  
 سائنس تو ہر دو گھنٹے کے بعد تبدیل ہوتی ہے۔ اور سیارگان بھی ہر وقت آسمان پر  
 موجود ہیں۔ پھر دورے کا وقت دوسرے قیسرے چوتھے دن کیوں۔ اگر  
 شمسی سر میں دورہ پڑتا ہے تو ہر دو گھنٹے کے بعد شمسی قمر چلتا ہے۔ اسی طرح  
 قمری بھی۔ اس کا جواب یہ ہے کہ امراض کا تعلق اخلاط سے بھی ہوتا ہے یعنی سودا  
 صفرا۔ بلغم۔ خون۔ اسی طرح چاند اور سورج کی شعاعوں سے بھی۔ ان  
 ارکانِ ثلاثہ کا اجتماع اس دورے کا سبب ہوتا ہے۔ اگر ایک رکن بھی  
 خارج ہے تو دورہ کا زور کم ہو گا اور یا بالکل نہ ہو گا۔ اور جب دورہ کی  
 ابتداء ہوتی تھی تو چند اسباب کے اجتماع سے ہوتی تھی۔ اگر روزانہ کے  
 اسباب جمع ہوئے تھے تو روزانہ اور تجارتی کے اسباب جمع ہوئے تھے تو  
 تجارتی شروع ہوئی تھی (دُخس علیٰ حد) بس جن اسباب کے اجتماع نے پہلا  
 دورہ پیدا کیا تھا۔ جب وہ اسباب جمع ہوتے ہیں دورہ پڑ جاتا ہے ان  
 ارکانِ ثلاثہ کا دفعیہ بھی علیحدہ علیحدہ ہے۔ غلط کی اصلاح دوا سے ہوتی ہے  
 حکیم اس غلط کو دور کرنے کی دوا دیتا ہے جس سے غلط کی اصلاح ہو جاتی  
 ہے اور وہ موقوف ہو جاتا ہے۔ کیونکہ ارکانِ ثلاثہ میں سے ایک رکن ٹوٹ گیا  
 اگر دوا نہیں ہے تو پھر آپ نفس کی اصلاح کر لیں۔ اس طرح بھی ایک رکن

ثابت کیا اور دورہ موقوف ہو گیا۔ ان ارکانِ ثلاثہ میں سے مرجح کون ہے یہ علم  
 انسانی علم سے باہر ہے۔ یہ ثنا خدایتِ مدللے عالم الغیب اور مکیم مطلق کو ہی ہے۔  
 دنیا میں کوئی شخص اس کو نہیں جانتا کہ ارکانِ ثلاثہ میں سے رکنِ علم کون ہے۔  
 اور اس لاعلمی کا نتیجہ ہے کہ بعض امراض میں دوا سے مطلق فائدہ ہو جاتا ہے۔  
 جس سے معلوم ہوا کہ اس مرض میں بنیادی رکن خلط تھا۔ جب خلط کی  
 اصلاح ہو گئی مرض جاتا رہا۔ لیکن بعض مرتبہ علاج کرنے کے لئے خشک ہواؤ  
 اور دوا پیتے پیتے پریشان ہو جاؤ۔ مگر مرض ہلنے کا نام نہیں لیتا۔ لیکن کوئی  
 تعویذ۔ نقش یا منتر خیر کام دے جاتا ہے اور صحت ہو جاتی ہے اس کے  
 یہ معنی ہیں کہ رکن بنیادی اثریہ ارکان تھا۔ خدا کے کلام کی برکت سے  
 وہ اثر مفقود ہو گیا اور صحت ہو گئی۔ یعنی اس ستارے کا وہ مخالف اثر جو اس  
 بیماری کا حشر چمکا تھا۔ تبدیل ہو گیا۔ اور شفا ہو گئی ہے۔

کبھی عل۔ تعویذ۔ نقش بھی کام نہیں دیتا۔ جس سے معلوم ہوا کہ سیارگان کا  
 اثر بنیادی نہیں تھا۔ چونکہ اخلاط کے اثر مختلف ہیں۔ اور اس طرح سیارگان  
 کے اثر بھی مختلف ہیں۔ لہذا انسان میں مختلف قسم کی بیماریاں پیدا  
 ہوتی ہیں۔ اگر یہ اثرات مختلف نہ ہوتے تو انسان میں ایک ہی قسم کی  
 بیماری پیدا ہوتی۔ لیکن یہ تمام رموز اور اسرارِ قدرت کے ہیں  
 انسانی قوت نے جہاں تک یرداز کی اُس نے تحقیق کے کوچوں میں  
 واقعات کا کھوج لگایا اور بعض سطحی واقعات معلوم ہو گئے حقیقت  
 کا رمانع مطلق ہی کو معلوم ہے۔

یہ ہی وجہ ہے کہ انسان کا کوئی کام فیصدی نہیں ہے بلکہ کبھی ہو جاتا ہے  
 اور کبھی نہیں ہوتا۔ ”چوں نہ دیدند حقیقت رہ افسانہ زدند“



قاعدہ۔ اگر کسی شخص کے خون میں فساد ہو۔ خون میں مدت پیدا ہو گئی۔ بدن میں پھوڑے پھینیاں نکلتی ہوں۔ غرض کیاں تمام امراض میں جو فساد خون اور خون کے دیگر عوارضات سے متعلق ہیں تو طب نفسی سے آپ کسی سری شفا حاصل کر سکیں گے۔ طب نفسی کچھ دیر میں تو اثر دکھائے گا۔ اس لئے کہ آپ طب نفسی کے قوانین پر عبور حاصل نہیں کر سکتے ہیں۔ تاہم اس کا اثر تازہ زندگی دیر پار ہے گا۔ یعنی علاج ادویات میں مرض دوبارہ عود کرتا ہے (صحت کے بعد) لیکن طب نفسی سے جو صحت اور فائدہ حاصل کیا جائے وہ اب تغیر ہوتا ہے کہ پھر وہ مرض عود نہیں کرتا جب فساد خون ہو تو آپ صبح و شام دونوں وقت ۵ منٹ ۳ منٹ تک پندرہ دن برابر یہ عمل کرو کسی کھلی ہوئی جگہ یا اونچی جگہ کھڑے ہو کر اپنی زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑ میں جادو اور منہ بند کر لو۔ اور خوب لمبی سانس لو اور جقدر ممکن ہو سکے سانس کو بند کئے رہو۔ اب زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑ سے اٹھا کر نیچے دانتوں کی جڑ میں جادو اور خوب تیزی کے ساتھ لمبی سانس باہر کو نکال دو۔ یہ عمل برابر کم سے کم پندرہ منٹ اور زیادہ سے زیادہ ۳۰ منٹ تک کرتے رہو (صبح و شام) خون کی تمام خرابیاں بے کسی علاج کے دور ہو گئی۔ اکثریت مزاحمت و دوا و کت سے کوڑھ اور جذام میاں خطرناک اور غیر الشک مرض بھی دور ہو جاتا ہے۔ تجربہ کرو۔ اور اس قدر ترقی علاج سے فائدہ اٹھاؤ۔ اگر آپ قوانین طب نفسی پر عمل کریں گے تو معلوم ہو گا کہ ادویات سے کئی حصہ زیادہ اثر طب نفس میں ہے اور لطف یہ ہے کہ طب نفسی سے جو فائدہ حاصل کیا جائے وہ کامل اور دیر پا ہوتا ہے۔

دراستہ چلنے یا کوئی سخت کام کرنے سے بدن میں تھکاوٹ و خشکس ہو تی ہو بدن میں درد ہو۔ تشنج اور اعصاب شکنی ہو یا کسی خلاف طبع بات پر عصہ آجائے

یا کسی وجہ سے کوئی نشہ آور شے کھالی ہے جس کا نشہ دل کو خراب کئے دیتا ہے بعض  
 وقت اب ہوتا ہے کہ پیاس کی شدت بے چین کر دیتی ہے۔ سٹلاس پر گلاس پانی  
 پئے جانو مگر پیاس کی شدت کم نہیں ہوتی۔ یا ذکا کے سبب سے یا کسی اور وجہ سے  
 بخار آ گیا ہو تو اس قسم کے تمام امراض میں آپ اب کریں کہ قمری سر چلتا رکھیں شمس  
 سر چلنے ہی نہ دیں۔ جب شمس سر چلنے لگے فوراً بند کر لیں (سٹلاس حسب نشانہ کھولنے  
 اور بند کرنے کی ترکیب صفحات سابقہ میں بیان کی جا چکی ہے) چند گھنٹے میں یہ  
 ترکیب فوری اثر دکھاتی ہے۔ بخار اتر جاتا ہے اور پیاس کی شدت کم ہو جاتی ہے  
 نوٹ :- ایک تجربہ کریں اسکو بالکل صحیح پائیں گے (پیاس کی خواہش اور  
 شدت ہمیشہ شمس سر میں پیدا ہوتی ہے۔ قمری سر میں بھوک اور اشتہا پیدا ہوگی)۔  
 اور شمس سر میں تشنگی پیدا ہوگی۔ اسی لئے جب کالا (سہیضہ) کا دورہ ہوگا۔ یا  
 پیٹ میں درد ہوگا یا ہاضمہ میں خرابی ہوگی۔ یا ناف میں درد ہوگا یا انگوٹوں میں  
 خراش ہوگی۔ یا آنت اترتی ہوگی۔ ضعف معدہ اور سرد مہضم کی شکایت ہوگی  
 تو اس قسم کی تمام شکایات قمری سر میں پیدا ہوتی ہیں شمس سر میں ان کا زور کم ہوتا ہے  
 ان میں سے ہر ایک کا مفصل بیان تو بہت ہی طویل ہوگا۔ میں دو طریقے بیان  
 کرتا ہوں اس طریق پر دوسرے تمام علاج ہو سکتے ہیں۔ بعض اصحاب کو آنت  
 اترنے کا مرض ہوتا ہے۔ اس کے لئے میٹھی لکائی جاتی ہے جس سے آنت کا  
 اترنا رک جاتا ہے۔ اگر آپ امتحان کریں گے تو معلوم ہو جائیگا کہ آنت ہمیشہ  
 قمری سر میں اترے گی۔ جب مرض کی شدت ہو جاتی ہے تو پھر شمس قمری سر میں  
 تفاوت نہیں رہتا مگر اس مرض کی بنیاد قمری سر میں ہی پڑتی ہے۔ اور قمری سر  
 میں ہی زور دیتی ہے (اس کے لئے آپ زیادہ تر شمس سر چلتا رکھیں۔ تو مرض  
 میں بہت توجہ خفیف رہتی ہے) آپ کہیں گے کہ ہمیشہ شمس سر چلتا رکھنا ایک

شکل کا ہے۔ دنیا میں ہر آدمی کوئی نہ کوئی کام ضرور کرتا ہے تو کام کی حالت میں سر کا تبدیل کرنا خود ایک تکلیف بالاطلاق ہے۔ اس کے لئے میں انسان ترکیب دیتا ہوں کہ آپ پہلے تو یقین کر لیں کہ کتنے کس سر میں زیادہ اترتی ہے جو وقت آنت سر سے اس وقت دیکھ لیں کہ کون سا سر چل رہا ہے۔ آپ کہیں گے کہ پہلے آپ نے خود ہی بتایا کہ آنت قمری سر میں ہی اترتی ہے تو بعد تلاش شخص کی کیا ضرورت ہے۔ میں عرض کروں گا کہ اس طرح وقت کے امراض قمری سر سے ہی متعلق ہوتے ہیں۔ مگر جب مرض شدید اور کثرت ہو جاتا ہے تو پھر وہ ہر وقت رہتا ہے مگر نفس کا پابند نہیں ہوتا جس سر میں آنت اترتی ہو اس شخص میں روئی کھوس کر اسے چلنے ہی نہیں بس اس شخص کے بند ہو جانے پر آنت کا اترنا موقوف ہوگا۔

علاج دوم۔ جب کھانا ہضم نہ ہوتا ہو۔ معدہ کمزور ہو گیا ہو تو کھانا شہی سر میں کھائے۔ وہ کھانا ہضم ہوگا اور معدہ کا فضل درست ہو جائے گا اگر اتفاق سے پیٹ میں نفخ ہو گیا ہے۔ کھانا ہضم نہیں ہوا۔ کھٹی دکاریں آرہی ہیں تو بائیں کروٹ پر لیٹ جاؤ۔ اور قمری سر کو روئی سے بند کر کے قسمی سر کو چلاؤ اور زور زور سے سانس لو۔ ۱۵۔ ۲۰ منٹ میں نفخ جاتا رہیگا اور ہاضمہ درست ہو کر تکلیف جاتی رہے گی۔

قاعدہ۔ اس کلیہ سے کسی کو انکار نہیں کہ انسان ایک دن یقینی مر جائے گا۔ اور مذہبی تعلیم یہ ہے کہ جب موت کا وقت آتا ہے تو کوئی طاقت اس وقت کو کھٹا بڑھا نہیں سکتی۔ لیکن یہ تحقیق نہ ہو سکا کہ قدرت کا معین کدودہ وقت کب آئے گا لیکن حکمائے مشرقین نے جس دم کی مشق کی تو ان کی زندگی طویل ہو گئی اس سے (معلوم ہوتا ہے) کہ قدرت نے انسانی زندگی کا دار و مدار سانسوں کی شمار پر رکھا ہے۔ جب وہ شمار ختم ہو جاتا ہے انسان مر جاتا ہے۔ تجربہ شاہد ہے کہ اگر انسان

صبح سے شام تک قمری سُر چلایا کرے (یعنی دانہ بننے تک) کو روٹی سے بالکل بند کر دیا کرے) اسی طرح غروب آفتاب سے لیکر طلوع تک شمسی سُر چلایا کرے اور دانہ بننے تک کو روٹی سے بند کر دیا کرے (دن بھر قمری سُر چلایا کرے اور رات بھر شمسی) تو ایسے شخص کی عمر بہت زیادہ ہوتی ہے۔ اور ساتھ ہی صحت اور تندرستی بھی قائم رہتی ہے۔ بعض راتوں میں یکایک بند نہیں آتی۔ تو تجربہ کر لیں اس وقت سانس قہانے بننے سے جا رہی ہوگی یعنی شمسی سُر چل رہا ہوگا۔ شمسی سُر بند کر کے قمری سُر چلا دیں فوراً بند آ جائے گی۔

**نوٹ:-** ابھی میں نے اس سے اوپر والے قاعدہ میں بیان کیا ہے کہ رات میں شمسی سُر چلاؤ۔ اور دن میں قمری اور اب یہ بتایا کہ رات میں شمسی سُر بچوانی پیدا کرتا ہے۔ اس کے متعلق گزارش ہے کہ یہ ایک غیر مستقل ٹونک ہے اور قدرتی رفتار کے ماتحت ہے اور یہ ان اصحاب کے واسطے ہے جو قاعدہ اولے کی مشق نہیں کر رہے ہیں جو اصحاب قاعدہ اولے کی مشق کر رہے ہوں ان کے لئے یہ ضروری نہیں اور نہ ان کو اس قسم کے عوارضات اور ملاحول کی ضرورت ہے۔ آپ ایسی جگہ میں جہاں بیرونی ہوا مطلق نہ ہو۔ روٹی کو بچو رکھو (پریشان کر کے) مینو (اکر) تھوڑی سی اپنے سامنے رکھیں اور خود بننے سے سانس لیں تھوڑا ناک کے نیچے کی ہوا سے روٹی اُڑے گی۔ یعنی اس میں وہ حرکت پیدا ہوگی جو ہوا لگنے سے پیدا ہوتی ہے۔ سانس زور سے نہ لو۔ بلکہ معمولی طریق پر لو۔ جس طرح لیتے ہو۔ اس طرح تم پیمائش کر سکتے کہ تھوڑی سانس کتنی لمبی ہے۔ سانس کی لمبائی بارہ انگل تک ماہرین نے اوسط رکھی ہے۔ اگر ۱۰ یا ۱۱ انگل پر سانس کی ہوا جاتی ہے تو ایسا شخص نہایت تندرست ہے اور اس کے تمام قہارے بہترین حالت میں ہیں اس کی عمر بھی زیادہ ہوگی اور کوئی بیماری

اس کو نہیں ہے۔ اگر سانس کی لمبائی ۱۶-۱۸-۲۰ انگل تک جاتی ہے تو سمجھ لو  
 کہ یہ شخص کسی مرض میں مبتلا ہے اور کہ اس کی قوت روز بروز زائل  
 ہوتی جا رہی ہے۔ اگر تپ دق کے مریض کی آپ نفیض کریں تو بہت آسانی سے  
 آپ معلوم کر سکیں گے کہ اس کی قوت زائل ہو رہی ہے۔ اگر ایک ہفتہ میں  
 سانس کی لمبائی مثلاً ۱۰-۱۱ انگل بنتی تو دوسرے ہفتہ میں ۱۸-۱۹ انگل ہو جائیگی  
 یعنی جقدر ضعف بڑھتا جائیگا۔ سانس کی لمبائی بھی بڑھتی جائے گی۔ جب سانس کی  
 لمبائی ۲۰-۱ انگل تک پہنچ جائے تو یہ انتہائے ضعف کی علامت ہے اور  
 سمجھ لو کہ ایسے مریض کا چراغ زندگی جلد گل ہو نیوالا ہے۔ اگر سانس آٹھ انگل  
 جاتی ہے تو سمجھ لو کہ یہ شخص نہایت تندرست اور قوی ہے اگر کوئی شخص کوشش  
 کر کے اپنی سانس کی رفتار چھ انگل تک کر لے تو اب شخص اپنی عمر سیکڑوں برس تک  
 بڑھا سکتا ہے۔ علم النفس کے مطالعہ سے معلوم ہوا ہے کہ بعض حکماء نے اپنی  
 سانس کی لمبائی چار انگل تک کی لی تھی۔ اور اس طرح ان کی عمر بہت زیادہ  
 لمبی ہوئی۔ یہ واضح رہے کہ قبض بہر حال کم ہی رہتا ہے (قبض سانس اندر کو  
 کھینچنا) یہ تو وہ نگہداشت ہے جس پر وہ ہی اصحاب عمل کر سکتے ہیں جو دنیا و مافیہا  
 رشتہ تعلق توڑ چکے ہیں۔ ہم خود جو از سر تا پا شعاث اندر دیوی شغف میں تکلیف  
 ملا لیا طاق کھینچے رہتے ہیں۔ اطمینان قلب اور سانس کی چند سانس بھی  
 لینا ہمارے لٹو سوہان روح بلکہ لذات سے ہیں۔ ہم کہاں ان قوانین و  
 اسباق پر عمل کر سکتے ہیں۔ بعض اصحاب کہیں گے کہ یہ گوشہ نشینوں اور  
 زاویہ گزینیوں کے کام کی باتیں ہیں۔ ہم پابند علانی اور اسیر خفائی کہاں  
 عمل کر سکتے ہیں۔ اور شاید بعض یہ بھی خیال کریں کہ اس قسم کی باتیں زوائد  
 بلکہ فضولیات سے ہیں۔ یہاں ضروری کام نہیں ہوتے۔ پھر ان تماشوں میں

وقت ضائع کرنے کی ذمّت کہاں۔ میں عرض کر دیتا کہ برادر عظم النفس تمام علوم کی بنیاد ہے۔ اگر آپ اس کے بعض سادے قوانین پر ہی عمل کر لیں تو پھر دوسرے شعبے کی ضرورت ہی نہیں رہتی۔ میں نے تمام قواعد فرداً فرداً بیان کر دیئے ہیں اور چونکہ اس کتاب کا تعلق عوام سے ہے۔ اس لئے عبارت بھی بلاغت خالی ہے۔ میں نے صدّ عبارت کو بلیغ جملوں اور عربی فارسی کی دشوار تر ترکیبوں سے بچایا ہے۔ آپ کو اس کتاب میں چند در چند طبی قواعد ملیں گے اگر آپ ضرورت کے وقت اس کے متعلقہ قاعدے پر عمل کریں گے تو پھر کسی دوسری ترکیب اور تدبیر پر عمل کرنے کی ضرورت ہی نہ ہوگی۔ مثلاً آپ کے خون میں حدت بڑھ گئی ہے۔ آپ کے پیٹ میں یا ستر میں درد ہے اس کے لئے آپ طب اور ادویات کے محتاج نہ ہوں گے بلکہ اس کے متعلقہ قاعدہ پر عمل کر کے صحت حاصل کر سکیں گے۔

۶ قاعدہ۔ یہ قانون گذشتہ اسباق اور اوراق میں بیان کر دیا گیا ہے کہ ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵ کو سوچ نکالنے کے وقت ہمیشہ قمری یعنی دایاں سمت چلتا ہے اور تم ۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲ کو ہمیشہ طلوع آفتاب کے وقت شمسی یعنی دایاں سمت چلتا ہے۔ اور ہر دو گھنٹہ کے بعد قمری سے شمسی میں اور شمسی سے قمری میں تبدیل ہوتا رہتا ہے اور یہ ترتیب قانون قدرت کے مطابق ہے۔ جب اس ترتیب میں فرق آجائے تو وہ کسی انقلاب کا پیش خیمہ ہوتا ہے (خواہ ستر کا مقام تبدیل ہو جائے یا مدت میں کمی بیشی ہو جائے) اور یہ سابقہ اوراق میں تفصیل کے ساتھ بیان کر دیا ہے۔ اب اگر کسی شخص کا دایاں سمتاً برابر ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵ کو چلتا رہے اور قمری میں تبدیل ہی نہ ہو تو ایسے شخص کی زندگی پندرہ اور تیس دن کے اندر

باقی ہے۔ اس درمیان میں اس کو مر جانا چاہئے۔ یہ یکسانیت موت کا الارم ہے  
موت یا ناگہانی طریق پر ہو یا کسی مرض سے متعلق ہو۔ لیکن موت آنیوالی ہے  
اور سہل الفاظ میں اس طرح سمجھ لیجئے کہ جس شخص کا قریٰ شربند ہو جائے اور شمس  
ہی چلتا شروع ہو جائے تو ایسے شخص کی موت بالکل قریب ہے یعنی پندرہ اور  
تیس کے درمیان میں ایسا شخص مر جانیوالا ہے۔

(اگر کسی شخص کا بایاں یعنی قریٰ شربند شروع ہو جائے اور شمس قطعی بند ہو جائے  
تو یہ اعلان ہے قدرت کی طرف سے کہ کوئی بری مصیبت اور بڑا انقلاب آنیوالا  
ہے۔ جس سے لطیف زندگی ختم ہو جائیگا۔ بلکہ پندرہ دن تو موت کا اعلان ہے  
اگر کسی دن ۱۲ گھنٹہ برابر ایک ہی شربند چلتا ہے تو یہ مصیبت اور تکلیف کا  
اعلان ہے۔ اور ملاحظہ یہ ہے کہ جب سائنس کی قدرتی ترتیب میں فرق آجاتا  
ہے کوئی نہ کوئی واقعہ اور سانحہ پیش آتا ہے۔ قدرت نے دنیا کا ایک قانون بنایا  
ہے۔ دنیا بے کسی قانون کے نہیں چل رہی ہے۔ دنیا کا ہر کام ایک خاص نظام کے  
ماتحت ہو رہا ہے۔ اس قدرتی نظام کو بعض اہل ہنیش و دانش نے پالیا ہے۔  
یہ بھی یاد رکھو کہ قدرت اور فطرت عجیل اور تنگدل نہیں ہے جو اس کو پانے اور  
سمجھنے کی کوشش کرتا ہے وہ پالیتا اور سمجھ لیتا ہے اور ان ہی راز کے پانیوالوں  
ان حکمت اور رموز کا انکشاف کیا ہے اور اگر کسی شخص کا نفس مساوی بہت  
دیر تک چلتا رہے تو یہ علامت ہے کہ صبح و شام انقلاب آنیوالا ہے۔ اگر دو گھنٹہ  
برابر نفس قبلہ یہ چلے تو غریب موت کا پیغام آنیوالا ہے۔)

قاعدہ سوا صاحب مدلل و مجرم۔ جفر سے سوالوں کے جواب دیا کرتے ہیں  
اگر علم النفس سے دیا کریں تو جواب بہت صحیح ہوتا ہے۔ اور آپ اس کا امتحان  
اور آزمائش کریں گے تو معلوم ہوگا کہ علم النفس کو تمام علوم مروجہ پر فوقیت حاصل ہے

اور میں آسان عبارت میں وہ تمام طریق بیان کر دوں گا جو سوال جواب کے واسطے مستند اور معتبر اور ساتھ ہی کافی ہوں۔ علم النفس کے عامل پر لازم ہے کہ اپنی نشتر ایسے موقع پر کرے کہ جہاں اس کے پاس چاروں طرف سے آدمی آسکتے ہوں اور ہر چار سمت سے کوئی راستہ بند نہ ہو۔ ہر طرف سے آدمی کے لیکن مکافوں اور شہروں میں ایسی جگہ مشکل ہے تو کم از کم اس قدر ضرور کرے کہ اپنے دہانے اور بائیں دونوں طرف عوام کے بیٹھنے کی جگہ بنائے اور اب درمیان میں ہے پہلا قاعدہ جو بالکل سمجھا ہوا ہے وہ یہ ہے کہ سوال کرنے والا اگر کھلے سڑکی طرف سے آیا ہے یا کھلے سڑکی طرف آکر بیٹھا ہے تو اس کا جواب اس کے حق میں ہے۔ اگر مخالف سڑکی طرف سے آیا ہے یا بیٹھا ہے تو نتیجہ مخالف ہے۔ مثلاً آپ کا دامن سڑکی رہا ہے اور ایک شخص دہانے کی طرف سے آیا اور دہانے کی طرف بیٹھا تو یہ اشارہ ہے کہ سائل کا جو مقصد ہے حاصل ہوگا۔ آپ کے کف اسکو کامیابی کی بشارت دیدیں۔ اسمیں فمیری اور شمسی سڑکی بحث نہیں ہے اگرچہ اس میں سوال کرنے والے کے نفس سے بھی بحث کی جاسکتی ہے مگر اس میں ذراسی دشواری ہے کہ ہر آئیو الے سے اور سوال کر نیوالے سے دریافت کیا جائے کہ کون سا سڑکی رہا ہے۔ اس لئے عامل اپنے سر کا دھیان رکھے۔ لیکن اگر کوئی موقع ہے اور سائل کے سر کو بھی دیکھا جاسکتا ہے تو معلوم کر لو۔ اگر سائل اور عامل دونوں کا سر موافق ہے۔ اور اسی حصہ سڑکی طرف سائل آیا ہے تو کامیابی میں کوئی شبہ نہیں۔ و توفیق سے کہہ دو کہ کامیابی ہے۔ گذشتہ اور اراق میں میں نے چند کاموں کی تفصیل دی ہے یعنی دنیا کے کام نفوس تلبہ پر میں نے تقسیم کر دیئے ہیں۔ جو نو نتم ہیں۔ ایک شخص نے آکر سوال کیا۔ ایک کیلیں کہ اس کا سوال کس سڑکی سے متعلق ہے۔ پس اگر موافق سڑکی رہا ہے تو کامیابی ہے



اگر مخالف تر میل رہا ہے تو کامیابی میں شبہ ہے۔

قاعدہ - ایک خاص قاعدہ جواب حاصل کرنے کا بتاتا ہوں۔ اس کا تعلق علم نفس سے بالکل نہیں۔ تاہم افادہ ناظرین کے واسطے لکھے دیتا ہوں۔ اگر دخل در معقولات تو ہے۔ مگر کام کی بات ہے۔ مسائل کا سوال مختصر فقرہوں میں تحریر کرو۔ پھر اس کے حرف گنو۔ جو حرف شمار میں آئیں ان کو اس دن کی تاریخ پر پیش کرو۔ اگر سوال کے حرف زیادہ ہیں تو کامیابی کی دلیل ہے اگر تاریخ کے عدد زیادہ ہیں تو کامیابی میں شبہ ہے۔ اگر برابر ہیں تو کامیابی ہوگی مگر دیر میں۔ مثلاً ۳۱ فردری کو ایک شخص نے سوال کیا کہ سفر کروں نہ کر دوں۔ سوال کے حرف ۱۴ ہیں اور تاریخ ۱۱ ہے۔ چونکہ تاریخ کے عدد زیادہ ہیں اس لئے بقاعدہ علم سفر کی اجازت نہ دیں۔ نفع کی امید نہیں۔ اگر یہی سوال ۷ - ۸ وغیرہ کی تاریخ میں کیا ہے تو قاعدہ علم سفر کی اجازت دیں اور کامیابی کا پیشینگوئی کر دیں اگر سوال کے لکھنے میں طوالت ہے تو مسائل کے نام کے حروف بھی اسی قاعدے سے جواب دے سکتے ہیں۔ اس میں والدہ کے نام کی ضرورت نہیں۔ حرف مسائل کا نام دریافت کر کے نام کے حروف گن لو اور دن کی تاریخ سے ملان کرو۔ اگر نام کے حروف زیادہ ہیں تو کامیابی۔ اگر تاریخ کی تعداد زیادہ ہے تو ناکامی ہے۔ اسی ضمن میں ایک قاعدہ جفر کا بھی بیان کرتا ہوں جو ایک عامل سے حاصل ہوا ہے۔ اور تجربہ سے مفید ثابت ہوا ہے۔ مسائل کا نام۔ سوال کے حروف اور اس وقت جو شمارے کی ساعت ہو اس شمارے کے حروف ان ہر سہ کے حروف شمار کر کے اس دن کی تاریخ پر تقسیم کرو۔ اگر باقی وہ عدد بچے جس کا نصف کامل ہو سکتا ہے۔ جیسے ۲ - ۴ - ۶ - ۸ تو کامیابی ہوگی۔ اگر باقی عدد وہ ہو جس کا نصف ناقص ہو جیسے ۳ - ۵ - ۷ تو کامیابی

میں شبہ ہے۔ اگر کامل تقسیم ہو جائے اور کچھ نہ بچے تو کامیابی ہوگی مگر دیر ہے۔  
**قاعدہ :-** سانس ہر وقت چلتی رہتی ہے اور اس کے دو ہی مقام ہیں اندر کو  
 کھینچنا۔ باہر کو نکالنا۔ خوب غور کرتے رہو۔ جس وقت سانس نے سوال شروع کیا اگر  
 آغاز اس وقت ہو واجب عامل کی سانس اندر کو کھینچ رہی تھی تو ناکامی ہے اگر سانس  
 آغاز اس وقت ہو واجب سانس باہر کو نکل رہی تھی۔ تو کامیابی کی دلیل ہے۔

۸ **قاعدہ :-** سانس کا سوال اور نام اور اس دن کا نام ہر سانس کے حروف  
 شمار کرو اور دیکھو کہ حروف طاق ہیں یا جفت۔ ۱۔ اپنے سر کی تحقیق کرو  
 کہ کون سا سر چل رہا ہے۔ اگر حروف طاق ہیں اور شمسی سر چل رہا ہے۔ تو  
 کامیابی ہے۔ اگر حروف جفت ہیں اور قمری سر چل رہا ہے تو بھی کامیابی  
 ہے۔ اگر اس کے برعکس ہے یعنی حروف طاق ہیں مگر قمری چل رہا ہے۔  
 یا حروف جفت ہیں مگر شمسی چل رہا ہے تو نتیجہ بھی برعکس ہوگا۔ اگر دو  
 شخصوں سے سانس برابر چل رہی ہو تو کامیابی دیر میں ہوگی۔

**نوٹ :-** گزشتہ اوراق میں جو تقسیم کار کی گئی ہے وہ ایک مستند اور  
 تحقیق شدہ تقسیم ہے۔ بعض اصحاب ایک کاغذ پر تمام تفصیل لکھ کر رکھ لیتے ہیں  
 یعنی شمسی سر سے کون کون سے کام متعلق ہیں۔ اور قمری سر سے کون کون سے متعلق  
 ہیں۔ اور نفس متبادیہ سے کون کون سے متعلق ہیں۔ پس جب سوال کیا جائے  
 تو پہلے یہ معلوم کرو کہ تمہارا کون سا سر چل رہا ہے اگر سر موافق چل رہا ہے تو بے دھماکے  
 کامیابی کی پیشنگوئی کرو۔ اگر خلاف سر چل رہا ہے تو ناکامی اور نفی میں جواب  
 ۹ **قاعدہ :-** ایک معمول ہے کہ آدمی کسی کام میں جب سوچتا اور فکر کرتا  
 ہے تو عموماً سر نیچے کر ہوتا ہے (گردن نیچے کو ڈال لیتا ہے) کسی کام میں فکر اور  
 سوچنے کی خاص علامت یہ ہی ہے کہ آدمی سر جھکا کر سوچتا اور فکر کرتا ہے

اور ایسا بھی ہو تا ہے کہ سوچتے سوچتے گردن اٹھا کر اوپر کو بھی دیکھنے لگتا ہے۔ کبھی داہنے  
 بائیں بھی دیکھنے لگتا ہے۔ اگر آپ تجربہ کریں اور سوچنے والے کی حرکات و سکنات کا  
 بغور مطالعہ کرتے رہیں تو اس سے اس کام کے انجام کا نتیجہ نکل آتا ہے۔ کیونکہ  
 اس وقت کی ہر حرکت اضطراری ہے۔ اختیار ہی نہیں ہے۔ کیونکہ سوال کرنا  
 تو عامل یا عامل ہے ہی نہیں اور نہ اسے یہ معلوم ہے کہ میری کوئی حرکت کس  
 نتیجے سے متعلق ہے یا کوئی میری حرکت کا مطالعہ کر رہا ہے۔ لیکن علم النفس میں  
 یہ حرکت بہت ہی موثر ہے۔ اگر کوئی شخص کسی سوال کے لئے آیا ہے تو آپ  
 اس کی حرکات کو بغور دیکھتے رہیں اور آپ کسی ایسے کام کو شروع کر دیں  
 جس سے وہ یعنی سائل یہ خیال کرے کہ ابھی عامل صاحب کام میں ہیں۔ اس  
 کام کو ختم کر لیں تو میں کہوں۔ اور آپ بظاہر تو کام کرتے رہیں مگر باطن اس کی  
 حرکات کو دیکھتے رہیں۔ اگر سائل اس درمیان میں سر نیچے کئے بیٹھا رہا تو کامیابی میں  
 دیر ہے۔ اگر داہنے بائیں دیکھتا رہا تو ناکامی ہے اور اگر اوپر کی طرف دیکھتا رہا تو  
 کامیابی ہے۔ لیکن ایک بات یہاں یہ بھی معلوم کر لو کہ خالی آدمی اکثر گردن نیچے کئے  
 ہی بیٹھا رہتا ہے۔ اور یہ عادت ہے۔ اس لئے اگر سائل نے اس درمیان میں ایک  
 یا دو مرتبہ بھی اوپر کو دیکھا تو کامیابی کی دلیل ہے۔ اس طرح اگر ایک یا دو مرتبہ  
 بھی داہنے بائیں کو دیکھا تو ناکامی کی دلیل ہے۔

**قاعدہ ۲۔** اگر کوئی شخص ضمیر دریافت کرنا چاہے یعنی یہ معلوم کرے کہ میرے  
 سوال کو خود بتائے کہ میرا سوال کیا ہے۔ میں نے ایک صاحب کو دیکھا کہ وہ نہایت  
 حیرت انگیز طریق سے سوال بتا دیا کرتے تھے۔ بعض اصحاب کے متعلق سنا گیا کہ وہ  
 سوال سائل سے لکھوا لیتے ہیں اور بلفظ اس کی نقل کر کے دیدیا کرتے ہیں بلفظ نفی  
 حرقاً پوشیدہ لکھتے سوال کو بیان کر دیتا۔ علوم مروجہ میں سے کسی علم میں اس کا قاعدہ

نہیں پایا گیا۔ اس میں کوئی چابکدستی اور شعبدہ بازی ضرور ہے جس تک عام مجاہدین  
 نہیں پہنچیں ورنہ آج دنیا میں بڑے بڑے جہاد ہیں۔ رمال ہیں۔ منجم ہیں۔ مگر  
 حقائق پوشیدہ سوال بیان کرتے نہیں دیکھا۔ ایک صاحب جفر سے سوال کی نقل  
 کر دیتے تھے (میں نے سنا ہے دیکھا نہیں) لیکن یہ کام بڑی محنت اور مشقت کا ہے  
 میں نے ڈرایا دیکھا ہے کہ ادھر آپ نے سوال پوشیدہ طریق پر کاغذ پر لکھا۔ اور کبھی  
 صاحب و کتاب بے سوچ بچار اور مراقبہ و مکالمہ کے فوراً بتا دیا کہ یہ لکھا ہے۔ یعنی نگو  
 مکاشفہ ہے اور وہ پردہ کے اندر کی چیز دیکھ سکتے ہیں مجھے اس سے انکار نہیں کہ ایسے  
 لوگ دنیا میں موجود ہیں اور جیسا میں نے عرض کیا میں نے خود ہی ایک صاحب کو  
 دیکھا ہے۔ مگر میں اسے کسی علم و وجہ میں سے نہیں مانتا۔ بلکہ کوئی خاص شعبہ یا  
 طلسم ہے بعض اصحاب کا خیال ہے کہ ان لوگوں کے ہمزاد تابع ہوتا ہے۔ میں اسکو بھی  
 مانتے کوئی نہیں۔ جس کے ہمزاد تابع ہوتا ہے اس کی دنیا ہی الگ ہو جاتی ہے  
 بہر حال پوشیدہ سوال کو بلفظ بیان کر دینا یہ علم تو کسی نے اس علم کی کتابوں میں  
 نہیں لکھا۔ ہاں اس قدر لکھا ہے کہ سوال کی نوعیت اور خلاصہ معلوم ہو جائے اور  
 اس کا قاعدہ یہ ہے کہ جس شخص کا سوال معلوم کرنا ہو اس کو اپنے چلتے ستر کی طرف بٹھاؤ  
 اور اس سے کہو کہ اپنے سوال کا ایک جلا بھی عبارت میں اپنے دل میں بتاؤ اور آپ  
 وزیدہ نگاہوں سے اس کی حرکتوں پر غور کرتے رہو۔ اگر وہ سوچ بچار کی وارفتگی  
 میں اوپر کی طرف دیکھے تو کسی جاندار نے کے متعلق سوال ہے اگر سوچنے میں زمین کی  
 طرف ہی نظر رہے تو دولت۔ نفع۔ کامیابی کا سوال ہے۔ اگر داہنے بائیں نظر پڑے  
 ہے تو کسی ظرف۔ سامان دھات (سونہ چاندی وغیرہ) کا سوال ہے۔  
 قاعدہ ہے۔ شادی بیاہ میں یونہی کئی کئی دن صرف ہوتے ہیں۔ لیکن اصل  
 شادی تھوڑی دیر کا کام ہے اور اس کا نام اسلام میں نکاح ہے اور تمام مذاہب میں

اپنے اپنے طریق پر پختہ ہی رسم ادا کی جاتی ہے اور اس کا نام ہی شادی ہے۔ اگر اس رسم کی ادائیگی  
وقت عورت کا بایاں اور مرد کا دہنا نفس جاری ہو تو ایسی شادی نہایت مبارک  
ہوتی ہے۔ زن و شو کے تعلقات ہمیشہ خوشگوار رہتے ہیں اور باہمی محبت رہتی ہے  
اگر اس کے خلاف سر میں شادی ہو تو اس گھر میں ہمیشہ جنگ و جدال ہی رہتی ہے  
اور میاں بی بی میں ناموافقیت اور ناسازگار کی کے جذبات بڑھتے رہتے ہیں۔  
یہاں تک کہ بعض اوقات مفارقت کرنا پڑتی ہے۔ اگر دو لہذا دو لہن کے علاوہ کوئی  
دوسرا شخص اگر سوال کرے کہ فلاں شادی مبارک ہے یا نہیں۔ اگر سوال کے وقت  
شمسی سرچٹا ہو تو شادی مبارک ہوگی۔ عامل اپنا سر دیکھے۔ لیکن زیادہ معتبر  
یہ ہے کہ سائل کا سر دیکھے اور اسپر چلے لگائے۔ لیکن اگر عورت سوال کر رہی ہے  
تو اس کا قمری سر مبارک ہوگا۔ یہ یاد رکھو کہ سائل کا سر عامل کے سر سے زیادہ معتبر ہے  
اگر سائل کا سر موافقت میں اور عامل سر مخالفیت میں جاری ہو تو عامل کے سر پر  
حکم نہیں لگایا جائیگا۔ یعنی جب سائل کے سر کی تحقیق نہ ہو سکے تو مجبوری ہوگی  
اور عامل کے سر کو شاہد بنایا جائے گا۔

**قاعدہ۔** حمل میں لڑکا ہے یا لڑکی اس سے قبل کہ علی تحقیق سے میں اس  
مشکل پر روشنی ڈالوں یہ حقیقت واضح کر دینا ضروری ہے کہ عالم الغیب خدا ہے  
قدوس ہے۔ قرآن پاک میں غیر متنبہ عبارت میں بیان کر دیا گیا ہے کہ جو کچھ میرٹ میں  
ہے اس کا علم سوائے خدا کے کسی کو نہیں۔ جب خدائے قدوس نے استغناء فرما دیا کہ  
اس قانون کو ہم ہی جانتے ہیں تو پھر اس قانون میں اپنی رائے شامل کرنا خلاف ادب  
بلکہ گناہ ہے۔ لیکن دو امور پر نظر کرنا ہمیں الزام سے پاک کر دیتا ہے۔ پہلا امر یہ  
ہے کہ خدا کا علم طبع غیر متنبہ ہے۔ حقیقی ہے اس میں ایک ذرہ کی کمی بیشی نہیں ہو سکتی  
ہماری تحقیق میں احتمال ہے۔ خدائے پاک کی تحقیق یقینی ہے۔ ہمارا علم ناقص

اور اس کا حکم کامل ہے اور یہ فرق عبد و معبود کے لئے کافی ہے اور الزام سے پاک کر دیتا ہے  
 مردوم یہ ہے کہ خدا کا علم ذاتی ہے اور ہمارا علم کسی ہے۔ خدائے قدوس ہمارے  
 علم کا محتاج نہیں۔ لیکن ہم خدا کے علم کے متعلق ہیں۔ اور یہ تفاوت تفاوت عظیم  
 ہے جو فانی و مخلوق میں حد فاصل بناتا ہے۔ اس لئے میں وہ قواعد بیان کرتا ہوں  
 جس سے علم النفس کے ماتحت معلوم کیا جاسکتا ہے کہ لڑکا ہو گا یا لڑکی۔ یہ بات بھی  
 معلوم کر دے کہ اس حساب کو تمام علوم نے اپنا پایہ یعنی ہر علم نے اس پر بحث کی ہے کہ لڑکا  
 لڑکی کا حال اس سے معلوم ہو سکے۔ نجوم نے بھی چند در چند قواعد بیان کئے ہیں رمل  
 بھی۔ جفر نے بھی۔ غرض کہ بے شمار قواعد ایسے ہیں جس سے معلوم کیا جاسکتا ہے۔  
 کہ لڑکا ہے یا لڑکی۔ لیکن جب آپ تجربہ کریں گے تو معلوم ہو گا کہ علم النفس کا حساب  
 سب سے بہتر ہے۔ اور اکثر و بیشتر مجمع نکلتا ہے اور اس کا قاعدہ یہ ہے کہ جب کوئی  
 سوال کرے کہ لڑکا ہو گا یا لڑکی تو مسائل کے نفس کی تحقیق کر دے اگر مسائل کا سرشمی  
 چل رہا ہے تو لڑکا ہے۔ قمری مڑ چل رہا ہے تو لڑکی بعض نے اس قسم کے سوال جواب  
 میں سمجھتے ہیں مگر یہ سب زینت کلام اور بی اطراف و جواب پر بھی مشتمل ہے اور ابتدائے  
 کتاب میں نفس کا فطن اطراف سے بیان کر دیا گیا ہے۔

نوٹ :- اگر مسائل کے ساتھ عامل کا بھی شمی مڑ چل رہا ہے تو پھر بیٹے کا پہلو  
 اور بھی زبردست ہو جاتا ہے۔ اگر اختلاف ہے (مسائل اور عامل میں) تو مسائل نے  
 نفس پر حکم دیا جائے گا کہ عامل کا وجود درمیان میں بینزلہ ایک گواہ کے ہے مگر  
 عامل کے نفس پر حکم نہیں دیا جائیگا۔ لیکن جب مسائل کے نفس کی تحقیق کسی وجہ سے  
 نہ ہو سکے تو اس وقت عامل ہی مسائل کا قائم مقام ہو گا۔ اور عامل کے نفس پر ہی حکم  
 لگا دیا جائیگا لیکن بعض اساتذہ کی رائے ہے کہ عامل کے مڑ کا اثر بھی جواب میں

ضرور ہوتا ہے۔ مثلاً ولادت کے سوال کے وقت سائل کا شمسی اور عامل کا قمری چل رہا ہے۔ تو سائل کے نفس کو قوی ماننے ہوئے لڑکے کا مکمل لگا جاتا ہے۔ مگر چونکہ اس وقت عمل کا سر فرزند پیدا ہونیکے خلاف تھا۔ اس لئے اس قدر اثر ضرور ہوگا کہ مولود کم ہوگا اور اس میں زمانہ صفیوں یا بیجا شنگلی جیسے نزدیکی۔ کم ہوتی۔ زمانہ پن وغیرہ اگر نفس قساویہ چلتا ہوگا تو اس کے دو نتیجہ پیدا ہونگے۔ یا تو ام بچے پیدا ہوں گے یا بچہ خستہ پیدا ہوگا۔ یا حمل ساقط ہو جائے گا۔ باقی جو مشیت ایزدی۔ بعض وقت ہمارے تجربے۔ ہمارے علم۔ ہمارے حساب ہماری فیلسوفی اور دانائی استادوں اور ہمہ دانی سب حرف غلط کی طرح خستہ منیا ہو جاتے ہیں اور خدا کے برتر کا مکمل غالب رہتا ہے سچ ہے۔ واللہ غالب ہوئی امیر ہے۔

قاعدہ :- اگر کوئی شخص سوال کرے کہ میں فلاں تجارت کرنا چاہتا ہوں نفع ہوگا یا نقصان۔ اگر سائل کا ابتدا نقصان یعنی قمری سر چلتا ہوگا۔ تو اس تجارت میں۔ اس شے میں اس دوکان میں فائدہ ہوگا۔ اگر شمسی سر چلتا ہوگا تو نفع کی امید نہیں۔ بلکہ نقصان ہوگا۔ اگر نفس قساویہ چلتا ہوگا۔ تو نفع نقصان برابر رہے گا۔ اگر سائل کا شمسی اور عامل کا قمری سر چلتا ہو تو ابتداء میں نقصان معلوم ہوگا لیکن آخر میں فائدہ ہوگا۔ اگر سائل کا قمری اور عامل کا شمسی سر چلتا ہوگا تو ابتداء میں فائدہ رہے گا۔ لیکن انجام میں نقصان برداشت کرنا پڑے گا۔ اگر نفس قساویہ چلتا ہو تو اس کام کو بند کر دو۔ یعنی اس کام کو نہ کرو۔ اس میں کوئی نفع نہیں پاؤ گے۔ ابتداء میں کتاب میں بیان کر دیا گیا ہے کہ طالب علی کے زمانے میں ہر علم دریائے ناپیدا کنار معلوم ہوتا ہے۔ لیکن جب اُس پر عبور حاصل ہو جاتا ہے تو وہ بے پایاں علم ایک نقطہ ہو کر دل میں آ جاتا ہے اور یہ ایک کھلی ہوئی حقیقت ہے۔ قرآن پاک کا حفظ کر لینا کس قدر حیرت اور استعجاب کا ماحمہ ہے لیکن

جب ایک شخص محنت کر کے خط کر لیتا ہے تو بلا ہر اس قدر ضخیم اور مدون کتاب ایک نقطہ بنکر مافط کے سینہ میں اتر جاتی ہے اور آخر کار سمٹ کر ایک ناپید کتا رہنمدر قطرہ بن جاتا ہے۔ اسوقت آپ اس کتاب کو پڑھ رہے ہیں اور دل الجھ رہا ہے کہ خدا جانے یہ کیا چیز ہے لیکن چند دنوں کی محنت میں جب اس وقت نہ جواب دینے میں کوئی وقت پیش آئے گی نہ کسی حساب کرنے میں زحمت ہوگی۔ مزید براں اگر آپ اس قسم کے علوم کے خواہشمند ہیں یا آپکو ذوق ہے تو معلوم ہو گا کہ علم النفس کے آمانے کے بعد اور کسی علم کی ضرورت نہیں قاعدہ :- اگر کوئی سوال کرے کہ میں فلاں شخص سے ملاقات کرنا چاہتا ہوں۔ آیا ملاقات ہوگی یا نہ ہوگی۔ اور اگر ملاقات ہوگی تو جس مقصد کیلئے میں ملاقات کرنا چاہتا ہوں۔ کیا اس مقصد اور مطلب میں بھی کامیابی ہوگی جس کی وجہ سے میں ملاقات کرنا چاہتا ہوں۔ یا ملاقات بیکار رہوگی۔ اس قسم کے سوالوں کا جواب بذریعہ علم النفس اگر دینا ہے تو اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اگر مسائل اور عامل دونوں کا شمسی اثر چلتا ہو گا تو ملاقات ہوگی اور حسب انتشار اگر مسائل کا قمری اور عامل کا شمسی اثر چلتا ہو گا تو اغلب ہے کہ ملاقات نہ ہوگا اگر ملاقات ہوگئی تو راستہ میں۔ کہچے میں غرضکہ اس جگہ ہوگی جہاں کوئی مفید بات کرنے کا موقع نہ ہو۔ اگر نفس متساویہ چلتا ہو گا تو ملاقات ہوگی مگر کوئی ثبات نفع کی اس سے پیدا نہ ہوگی۔ اور بہت ممکن ہے کہ ملاقات ہی نہ ہو اور یہ بھی ممکن ہے کہ ملاقات سے نقصان پہنچ جائے (جب نفس متساویہ کے وقت میں ملاقات کی جائے)

قاعدہ :- اگر کوئی شخص سوال کرے کہ میں نے فلاں جدت ای کو پیغم بھیجا ہے یا بھیجنا چاہتا ہوں آیا وہاں کامیابی ہوگی یا نہ ہوگی۔ اس سوال



اور اس قسم کے سوالات کے جوابات نکالنے کا طریقہ یہ ہے کہ اگر مسائل کا شمسی  
چل رہا ہے (سوال کے وقت) تو کامیابی ہوگی اور پیام منظور ہوگا۔ اگر قمری  
مرحل رہا ہے تو منظور ہونے کی کوئی امید نہیں۔ اگر قاصد کو اس وقت پیام  
مثلاً خط وغیرہ جب شمسی مرحل رہا ہو۔ اگر قاصد بھی دانا ہے اور اس وقت  
سوال پیش کرے جب شمسی مرحل رہا ہو تو تمام تر امید ہے۔ اگر قمری مرحل رہا ہوگا  
تو دیر میں کامیابی ہوگی۔ اور کئی ایک رکاوٹیں پیدا ہوں گی۔ اور علاوہ  
تاخیر کے بہت سی تبدیلیاں گرنے کا پٹہ لگیں گی۔ ہاں شادی ہو جائے گی ضرور۔

**قاعدہ :-** اگر کوئی شخص کسی بیماری کے متعلق سوال کرے کہ بیماری  
صحت ہوگی یا نہ ہوگی۔ اگر سوال بیمار خود کرتا ہے یا اس کی طرف سے  
کوئی اور سوال کرتا ہے تو معلوم کرو۔ اور تحقیق کرو کہ مسائل کا کون سا مرحل رہا  
ہے۔ اگر شمسی مرحل رہا ہے تو صحت ہوگی۔ اگر مسائل کے ساتھ عامل کا بھی  
شمسی مرحل رہا ہے تو بہت جلد صحت ہوگی۔ کوئی خاص پیچیدہ بیماری نہیں ہے  
اگر مسائل کا شمسی اور عامل کا قمری مرحل رہا ہو تو شفا اور صحت ضرور ہوگی۔ لیکن  
ذرا دیر میں۔ جلد صحت نہیں ہوتی۔ کم سے کم پندرہ یوم تک شفا ہو جائے گی  
اگر ہر دو کا شمسی مرحل رہا ہے تو امید شفا نہیں۔ اگر مسائل کا قمری اور عامل کا  
شمسی مرحل رہا ہے تو بہت عرصہ میں شفا ہوگی۔ اگر مسائل کا نفس منساویہ  
چل رہا ہے تو بیماری خطرناک ہے۔ اور شفا کی امید کم ہے۔

**نوٹ :-** بزرگوں نے فرمایا ہے کہ اس علم والے کو جھوٹ بولنا لازمی  
ہے۔ اس علم کا جاننے والا مجبور ہے کہ جھوٹ بولے۔ جب کوئی خبر بری اور نحس  
اور خلاف منشاء نظر آتی ہے تو مروت اور انسانیت منع کرتی ہے کہ دو ٹوک

بات بے کسی جھجک اور تامل کے کہدی جائے۔ اور اسی طرح خبر مرگ اور خبر  
 قید و بند بھی بے تامل سنادی جائے۔ جس طرح خوشی کی خبر سنائی تھی۔ میرا تجربہ ہے  
 کہ سب لوگ یہ ہی کہتے ہیں کہ آپ جو بات ہو خلافت ہو یا موافق سچ سچ بتائیے  
 لیکن کوئی کان خوشی سے خبر یا شیفے کو تیار نہیں۔ اور کوئی آنکھ رغبت سے  
 اپنی سوت کا نظارہ نہیں کر سکتی۔ اس لئے خبر بد کو ایسے الفاظ اور پیرایہ  
 میں بیان کیا جاتا ہے کہ جو ناگوار خاطر نہ ہو اور اکثر ایسے الفاظ استعمال  
 کئے جاتے ہیں جس سے قتل اور تشفی پیدا ہو۔ یہاں تک کہ بعض اوقات بلکہ اکثر  
 اوقات جواب کا مفہوم ہی بدل جاتا ہے۔ اس لئے میں ناظرین کرام کو مشورہ  
 دوں گا کہ جب آپ سوال کا جواب نکالیں اور وہ سائل کے خلافت ہو تو  
 خوبصورت اور دلنواز عبارت میں بیان کریں۔ تاکہ اس کی دل شکنی نہ ہو جو  
 خبر بد کو بے محابا کہدیے میں بہت کچھ نقصان پائے گئے ہیں ۛ

**قاعدہ :-** ارباب بنیش پر پوشیدہ نہ رہے کہ قوانین علم میں ہر سوال کے  
 جواب کا جدا گانہ قانون ہے۔ جس طرح ہر انسان کی دنیا علیحدہ ہے۔ اسی طرح  
 ہر کام کی دنیا جدا ہے۔ ایک ہی قاعدہ ہر قسم کے سوال کے واسطے نہیں ہے  
 اگر کوئی شخص سوال کرے کہ میں فلاں علم اور ہنر سیکھنا چاہتا ہوں کیا مجھے کامیابی  
 ہوگی۔ اگر سوال کے وقت سائل کا قمری سرچل رہا ہے تو جواب اثبات میں  
 ہے۔ اگر شمسی سرچل رہا ہے تو جواب اثبات میں نہیں ہونی اگر شمسی سرچل رہا ہے  
 تو جواب نفی میں ہے اگر ایسے وقت میں عامل کا قمری چلتا ہو (اور سائل کا  
 شمسی) تو سائل اس علم و ہنر میں دستگاہ کامل اور استعداد مالا لیاطاق حاصل  
 کر سکے گا۔ اگر دونوں کے موافق ہوں یعنی دونوں کے قمری ہوں تو حسب  
 ضرورت درجہ حاصل ہوگا اور دونوں کا نفس مساویہ چل رہا ہو تو قطعی

یہ ہنر نہ آئے گا۔ باقی سائل اسی قانون پر غور کرتے ہوئے جواب حاصل کرے  
**قاعدہ :-** کوئی عزیز دوست باہر گیا ہوا ہے۔ کوئی اخبار اور خبریت نہیں  
 ملتی۔ شناس کے آنے کی کوئی اطلاع ہے اس بے خبر کے متعلق کوئی سوال کرے  
 کہ کب خود آئے گا۔ یا کب تک خبر ملے گی۔ اگر سوال کے وقت سائل اور  
 عامل کا شمسی سمرجل رہا ہے تو ابھی آنے یا خیر کے طے میں دیر ہے۔ اگر دونوں کے  
 مختلف سمرجل رہے ہوں تو جواب یہ ہے کہ وہ آنے کا قصد کر رہا ہے بلکہ آنے کے  
 واسطے تیار ہے۔ مگر حالات ایسے واقع ہو رہے ہیں کہ خواہ مخواہ دیر ہو رہی  
 ہے۔ مگر وہ جلد پہنچے گا۔ اگر سوال کے وقت نفس متساویہ حل رہا ہے تو  
 جواب یہ ہے کہ وہ بیمار ہے یا کسی تکلیف اور مصیبت میں گرفتار ہے۔ زمانہ  
 قریب میں کوئی امید اس کے آنے کی نہیں ہے۔

**قاعدہ :-** چوری کے متعلق اکثر سوال کئے جاتے ہیں۔ بعض خوش  
 عقیدہ لوگ تو چور کا نام بھی دریافت کرتے ہیں اور بعض لوگ نام تک  
 بتانے کا دعویٰ کرتے ہیں۔ اور جس جگہ وہ شے رکھی ہو تفصیل سے بتاتے  
 ہیں کہ فلاں گھر میں فلاں طرف رکھی ہے۔ اگر آپ غور کریں تو معلوم ہو جائیگا کہ اگر  
 اس علم میں یا کسی علم میں اس قدر قوت ہوتی تو دنیا میں پولیس اور عدالتیں قائم  
 کرنیکی ضرورت ہی نہیں ہوتی۔ دربار دہلی میں کسی نامعلوم شخص نے جلوس پر  
 بم مار دیا۔ حکومت کی طرف سے ایک لاکھ روپے کا انعام شائع ہوا مگر کوئی ملہ کا  
 دعوے کر نیا لا حکومت کے سامنے نہیں آیا۔ پولیس دن رات چوری کی گفتیش میں  
 ہی رہتی ہے اور حکومت کا لاکھوں روپیہ پولیس پر خرچ ہوتا ہے اگر کسی علم میں اس  
 قدر قوت ہوتی کہ تمام حال روشن کر دیتا تو دنیا میں چوری کا وجود ہی مٹ جاتا  
 کئی سادہ لوح شخص و فتنہ کا پتہ دریافت کرتے ہیں۔ کہ کس جگہ ہے کہ قدر ہے۔

اپنی عقل پر اس قدر تو زور دے کہ جن لوگوں سے آپ خزانے اور دینے کا مال معلوم کر رہے ہیں وہ آپ سے زیادہ اس دینے کا محتاج ہے اگر اس کے پاس کوئی ایسا علم ہوتا تو آپ کے بتلنے سے قبل وہ خود ہی نکال لیجاتا۔ اس قسم کی دُور از کار باتیں ہرگز کسی سے دریافت نہ کرو۔ یہ وہ باتیں ہیں جنکو سوائے خدا نے عالم الغیب کے کوئی نہیں جانتا۔ ”خدا تعالیٰ ہی بیند و می پوشد۔ وہمہمایہ نمی بیند و می خروشد۔“

میر کیا سادے ہیں بیمار ہوئے جسکے سبب اس عطار کے لڑکے سے دوا لیتے ہیں ہر علم کی ایک طاقت ہے جس طرح ہر شے میں ایک معینہ طاقت ہے اور یہ قانون قدرت ہے کہ جس شے میں جس قدر قوت ہے وہیں تک کام کرتی ہے جب اس کی قوت سے اُسے آگے بڑھایا جائیگا۔ فنا ہو جائے گی۔ بس قدرت نے ان علوم میں اس قدر قوت عطا فرمائی ہے کہ سطحی باتیں معلوم ہو جائیں۔ مائکرو عالمیہ اور ہر شے کی تفصیلی حالت معلوم کرنا اس قسم کے علوم کی قوت سے باہر ہے۔ اگر کوئی شخص سوال کرے کہ چوری کئی ہوئی چیز مل جائے گی یا نہیں۔ اگر مسائل کا قمری سر چل رہا ہے تو کم شدہ شے کے مل جانے کی علامت ہے۔ اگر شمسی سر چل رہا ہے تو چور یا چوری یا دونوں کا پتہ مل جائے گا۔ اگر عامل وسائل کا سر مختلف ہے تو جواب یہ ہے کہ چور اور چوری کا پتہ ضرور مل جائیگا۔ مگر ہاتھ نہیں آئے گی۔ اگر سکھنا (فلسفہ مساویہ) سر چل رہا ہو تو نہ چور کا سراغ ملے گا نہ چوری کا کوئی نشان ہاتھ آئے گا۔

قاعدہ ۵ :- اگر کوئی مقدمہ ہے یا دو شخصوں میں کشتی ہے یا اس قسم کا کوئی مقابلہ ہے جس میں معلوم کرنا ہے کہ کس کو فتح ہوگی کس کو شکست۔ اس کا قاعدہ یہ ہے کہ فیصلہ کے وقت جس کا شمسی سر چل رہا ہے اس کو فتح ہوگی۔ اور جس کا قمری سر چل رہا ہے اسکو شکست ہوگی۔ اگر دونوں علم جاننے والے ہیں اور دونوں گھر سے

شمسی سر میں نکلے ہیں تو جو شخص گھر سے پہلے نکلا ہے اس کو فتح ہوگی۔ اگر دونوں گھر سے برابر نکلے ہیں تو فتح و شکست کسی کو نہ ہوگی۔ صلح ہو جائے گی اور مقابلہ برابر کا رہے گا۔ اس معاملہ میں قمری سر والے کو ہمہ حال شکست ہوگی اور ہر قسم کے حقد اور مطلب کے واسطے جب شمسی سر میں کام کرے گا فتح پائے گا۔

**قاعدہ ۱۰۔** اگر بارش نہ ہوتی ہو اور کوئی شخص اس کو دریافت کرے کہ ذرا جواب سے دیکھئے کہ بارش کب ہوگی تو اس کا حساب یہ ہے کہ اگر مسائل کا مرقبہ سوال قمری چل رہا ہے تو بارش قریب ہو نیوالی ہے۔ اگر شمسی سر چل رہا ہے تو ایسی بارش کا کوئی امکان نہیں۔ اگر نفس متساویہ چل رہا تھا کہ سوال کیا تو بادل آئیں گے بارش کی ہو چلائے گی مگر بارش نہ ہوگی۔ اگر عامل اور مسائل کے شرویں میں اختلاف ہو تو بارش خفیف ہوگی اور بوند باندی ہو کر بچائیگی۔

**نوٹ ۱۔** ایک ضروری قانون یہ معلوم کر لو کہ نفی اور اثبات کا حکم کتنا چلے گا۔ یعنی کسی نے بارش کا سوال کیا اور اس وقت شمسی سر چل رہا تھا جس پر آپ نے بارش نہ ہونے کا جواب دیدیا تو کیا اس کے یہ معنی ہیں کہ اب بارش ہوگی ہی نہیں۔ اور ظاہر ہے کہ یہ جواب ہو ہی نہیں سکتا۔ تو پھر اس نفی کا اثر کب تک ہے۔ اور کب تک بارش ہوگی۔ واضح ہو کہ علم نجوم میں کوئی خاص مدت کا تعین نہیں۔ حتیٰ کہ بعض گروہیں تین سال تک رہتی ہیں اور بعض اس سے بھی زیادہ۔ اور ریل میں ایک جواب کا اثر تین مہینہ دس دن تک مان لیا گیا ہے۔ اور علم النفس میں ایک جواب کا اثر پندرہ دن اور کم سے کم دو گھنٹہ ہے اور سر کی مدت پر موقوف ہے۔ یعنی اگر سوال ایسے وقت کیا تھا کہ ابھی سر تبدیل ہوا ہے تو ایسے جواب کی میعاد پندرہ یوم تک ہوگی۔ اگر سوال ایسے وقت میں کیا ہے کہ سر چلتے ہوئے بہت دیر گزر چکی۔ بلکہ اب تبدیل کا وقت

تو پھر جواب کا اثر ایک گھنٹہ یا ایک گھڑی ۲۴ منٹ کی ایک گھڑی اور ڈھائی گھڑی کا ایک گھنٹہ تک مدد ہوگا۔ بعد ازاں حکم تبدیل ہو جائیگا۔ مگر اس کے یہ معنی نہیں کہ بے دریافت کئے اس کے عکس ہو جائیگا۔ مثلاً کسی شخص نے بارش کا سوال کیا اور مسائل کا شمس چل رہا تھا اور آپ نے حسب قاعدہ علم جواب دیا کہ ابھی بارش کی کوئی امید نہیں۔ اور سوال ایسے وقت میں کیا تھا کہ شمس ختم ہو کر قمری سر چلنے والا ہے اور اس کی میعاد ایک گھنٹہ کی ہے تو کیا ایک گھنٹہ کے بعد بارش شروع ہو جائیگی ہاں ایک گھنٹہ کے بعد اس سوال کی نوعیت اور حالت بدل جائے گی۔ اور ممکن ہے کہ ایک گھنٹہ کے بعد بارش ہو جائے۔ لیکن اس پر زیادہ وثوق نہیں کیا جاتا۔ اس لئے پھر گھنٹہ بھر کے بعد اس سوال کا جواب حاصل کرو۔ غرض یہ ہے کہ کسی جواب مدت پر منطبق نہ کرو۔ بلکہ میعاد ختم ہونے پر پھر جواب حاصل کرو۔ کیونکہ کائنات کا کام چند در چند اسباب کی زنجیروں میں مقید ہے اگر ایک در بند ہوتا ہے یا کھلتا ہے تو اس کے عوض میں دوسرا در بند ہوتا یا کھل جاتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ بعض اوقات بعض انقلاب دراز عرصہ تک اپنا اثر دکھاتے رہے ہیں۔ اور بعض انقلاب ایسے ہوتے ہیں کہ آنحضرت کی طرح ادھر آئے اور ادھر چل گئے۔ واللہ اعلم بالصواب

**قاعدہ :-** اگر کوئی سوال کرے کہ میں کس طرف کا سفر کروں جس سے نفع ہو۔ اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اگر سوال کرینکے وقت سائل کا شمس سر چل رہا ہے تو مشرق اور شمال کا سفر مفید ہوگا۔ اگر قمری سر چل رہا ہے تو مغرب جنوب کا سفر سعد و مبارک ہوگا۔ اگر اس کے خلاف سفر کیا گیا تو کامیابی میں شبہ ہے۔ اگر نفس متساویہ چل رہا ہے تو ایسی حالت میں سفر کرنا نقصان دہ ہے۔ سفر کرنے سے مراد تمام سفر کا راستہ نہیں بلکہ خرم سفر پر سے گھر سے باہر قدم نکالنے کے وقت اس قدر پابندی ہے۔ گھر سے رو گھر کی طرف دوازہ ہے جس سے آنحضرت ہے گھر سے قدم نکال لینے کے بعد کسی قسم کی پابندی

یا سعادت و نحوست نہیں ہے۔ ایک خاص روز یا ذکر اور یاد رکھو بعض اصحاب اسے دیوانگی یا دوسکو سلاکیں گے۔ بعض من گھڑت افسانہ یا وہمی لوگوں کی غیبت شپ گر امتحان سے قبل تو آپ سب کچھ کہیں گے۔ لیکن جب امتحان کرینگے اور وقت قائل ہونا پڑے گا کہ یہ قوانین ہیں جن کا اثر لفظی ہے۔ یہ تو بتایا جا چکا کہ شمسی سر میں مشرق و شمال کا سفر اور قمری سر میں جنوب اور مغرب کا سفر مبارک اور مفید ہوتا ہے۔ اب بعض وقت ایسا ہے کہ انسان اس قانون کے خلاف کرنے پر مجبور رہے تو ایسا کر دے کہ چلتے وقت جو سر چل رہا ہو پہلے اس طرف کا قدم اٹھاؤ اور صرف چار قدم چلو۔ پھر ایک منٹ کے واسطے کھڑے ہو جاؤ پھر چار قدم اٹھا کر قدرے توقف کرو۔ بعد ازاں منزل مقصود پر روانہ ہو جاؤ۔ یہ قانون فتح اور کامیابی کا خاص ذریعہ ہے۔ اور یہ عمل ہر وقت میں مفید ہوتا ہے خواہ آپ زیر قانون یا غیر سفر کر رہے ہوں یا خلاف بلکہ ذلیف میں نکات الامتیاز۔

**قاعدہ:** کسی ملازمت اور کام ملنے کی غرض سے کسی کے پاس جانا ہو یا ملازمت کے لئے درخواست لکھنا ہو تو شمسی سر میں کام کرو۔ یعنی اگر درخواست لکھنا ہے تو شمسی میں لکھو اگر اس غرض کے لئے کسی افسر یا رئیس سے ملنا ہے تو شمسی سر کی پابندی کرو اگر قمری سر میں اس قسم کے کام کرو گے تو نقصان ہوگا اور ناکامی کا منہ دیکھنا ہوگا۔ اسی طرح اگر نفس متساویہ چل رہا ہو تو اس قسم کا کام شروع نہ کرو یعنی نہ درخواست لکھو نہ کسی متعلقہ افسر سے ملنے کے لئے گھر سے قدم نکالو۔ اس بیان نے قمری اور نفس متساویہ دونوں کا نتیجہ یکساں بنا دیا ہے اور یہ صحیح نہیں۔ میں عرض کروں گا کہ قمری سر میں اس قسم کے کام کرنے کا نتیجہ ہوگا کہ کام میں غیر معمولی دیر ہو جائے گی۔ اور اگر نفس متساویہ میں کام شروع کیا تو بہر حال نتیجہ ناکامی منج اور مختتم ہوگا۔ ا لا ما شاء اللہ۔

**قاعدہ :-** اگر کوئی شخص دریافت کرے کہ غلہ خرید کروں نفع ہوگا یا نقصان اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اگر سائل کا قریٰ سفر چل رہا ہے (سوال کے وقت) تو آئندہ غلہ کانچ ارزاں ہوگا۔ تجارتی حیثیت سے خرید کرنے کا مشورہ نہ دو اگر شمسی سر میں سوال کیا ہے تو غلہ کانچ موجودہ نرخ سے آئندہ گراں ہوگا اور خریدنیوگا کہ نفع ہوگا۔ خریدنیکی اجازت دو۔ یہ نکتہ پہلے بیان کر چکا ہوں کہ جواب دیتے وقت صرف سائل کے شرکاء ہی خیال نہ رکھا جائے بلکہ عامل اپنے شرکاء بھی دیکھے۔ اگر سائل اور عامل دونوں کے سروں میں بیگانگی اور بیکانیت ہے تو پھر جو نتیجہ آپس میں قاعدہ مترتب ہوتا ہے وہ اٹل ہوگا۔ اگر اختلاف ہے تو سائل کے شرکاء کے مطابق جواب دینا ہوگا۔ لیکن وہ نتیجہ کہ در ضرور ہوگا۔ اور یہ بھی یاد رکھو کہ غلہ وغیرہ کا نرخ روزانہ کم و بیش ہوتا رہتا ہے۔ لیکن جب باقاعدہ اس نے جواب حاصل کیا ہے تو اسکو نقصان کا اندیشہ نہیں رکھنا چاہیے اور بصورت خلاف ورزی نفع کا خیال ترک کر دینا چاہیے۔ باقی الغیب عند اللہ۔

**قاعدہ :-** اکثر سائل دیکھنے کا قاعدہ طلوع کے وقت ہی بیان کیا جاتا ہے اور اس کتاب میں بھی یہ ہی وقت دیا گیا ہے مگر جس طرح طلوع آفتاب کے وقت شرکاء امتحان کیا جاتا ہے۔ اسی طرح چاند کے طلوع کے وقت دیکھا جاتا ہے۔ جبوقت چاند طلوع ہو رہا ہو تو اسوقت قمری سرچلنا زیادہ مفید ہوتا ہے۔ چاند کے صاب کو اور اس کے طلوع و غروب کو زیادہ اس لئے نہیں لیا گیا کہ بعض تاریخوں میں چاندوں میں بھی دیکھا جاتا ہے۔ آفتاب کی شعاعیں اس کی روشنی کا اہم کردیتی ہیں مگر اس کا جسم دن میں بھی آسمان پر دکھائی دیتا ہے اور اسی نظر سے تسلیم کر لیا گیا ہے کہ چاند میں بذاتہ نور نہیں ہے بلکہ جرم آفتاب سے منعکس ہوتا ہے۔

**قاعدہ :-** صبح جب بستر خواب سے اٹھو تو دیکھو کہ کون سا شرچل رہا ہے۔



جس طرف کا سر چل رہا ہو اسی طرف کے ہاتھ کو چم کر اپنے منہ پر پھیر لو۔ اور دن بھر ہر  
 کام کی ابتدا اسی ہاتھ سے کرو کسی کو کوئی شے دو تو اس ہاتھ سے اگر حاکم کو عرضی دو تو  
 اسی ہاتھ سے اگر کوئی تحفہ پیش کرو تو اسی ہاتھ سے۔ اس قانون کی پابندی کرنے سے  
 فائدہ ہو گا۔ چونکہ ہمارے یہاں کی تہذیب کا قاعدہ ہے کہ اس قسم کے کام داہنے ہاتھ سے  
 لئے جاتے ہیں۔ کوئی شے کسی کو دینا۔ سلام کرنا۔ عرضی افسر کو دینا یہ سب داہنے ہاتھ سے  
 ہی چاہئے۔ اس قاعدہ کے ماتحت جب ہم صبح اٹھنے تو بایاں سر چل رہا تھا (قری) تو  
 اب دن بھر بایاں ہاتھ سے کام لینا دشوار ہے تو اس کے متعلق یہ قاعدہ ہے کہ دونوں  
 ہاتھوں سے پیش کرو۔ دامننا ہاتھ تہذیباً ساتھ لگا لو۔ مگر چیز بایاں ہاتھ میں ہی ہے  
**قاعدہ :-** پیر۔ بدھ۔ جمرات۔ جمعہ قمری سر سے متعلق ہیں اور منیجر۔  
 اتوار۔ منگل شمس سے متعلق ہیں۔ شمس سر سے متعلقہ کام شمس۔ نوں میں شروع  
 کرو۔ اور قمری سر سے متعلقہ کام قمری دونوں میں کرو۔ لیکن منگل کا دن نفس متاویہ  
 سے بھی منسوب ہے۔ یونہی ہر دو دو گھنٹہ کے بعد قمری شمس سر تبدیل ہوتے رہتے ہیں  
 لیکن صبح طلوع کے وقت اور دوپہر کو (صحنائے کبرے) اور شام کو (غردجہ وقت)  
 اگر شمس سر چلتا ہو تو وہ دن بہت مسد ہو گا۔ خوشی اور نفع ہی رہے گا۔  
**قاعدہ :-** ابتدا میں جو تائیں قمری شمس سر کی بنائی گئی ہیں۔ وہ تائیں  
 قمری ہیمنہ کی ہیں۔ علم النفس میں جس جگہ کوئی تائیں آئے اس سے مراد چاند کی تائیں ہوگی  
 انگریزی ہندی اور کوئی تائیں سے علم النفس میں کام نہیں لیا جاتا۔ ہاں اگر مطابقت  
 کرتے ہوئے پھر عام فہم بنانے کے واسطے اگر کوئی دوسرا تائیں بتا دی یا لکھ دی  
 جائے تو کوئی حرج نہیں۔  
**قاعدہ :-** اکثر ایسا ہوتا ہے کہ کوئی صاحب تحریر کے ذریعہ سوال کرتے ہیں۔  
 اب وہ سامنے نہیں کہ ان کے سر کا امتحان کیا جائے۔ اس لئے کاتب اور سائل کو لازم

کہ سوال کھتے وقت اپنے سر کا امتحان کرے۔ جو سر چلتا ہو یعنی جس سر میں سوال لکھا گیا ہو اس کا جو اہلکھدے۔ اگر خط میں کوئی حوالہ نہیں تو پھر عامل کا سر اس وقت قائم مقام سائل کے ہونے کا جو وقت سوال پڑھے اس وقت اپنے سر کو عامل دیکھ لے۔ پس جو سر چلتا ہو اس کے مطابق جواب دے۔ اگر کوئی ان قوانین کی پابندی کرے گا تو نفع سے خالی نہیں:

**قاعدہ :-** اگر کوئی صاحب باقاعدہ علم النفس کے ذریعہ سوال جواب دیتے ہیں یعنی بطور پیشہ اس کام کو کرتے ہیں یا کرنا چاہتے ہیں تو ان کو اپنی نشست گاہ ایسے قائم کرنا چاہئے کہ وہ اپنے اور بائیں دونوں طرف سے آدمی بغیر کسی ممانعت اور رکاوٹ اور تکلف کے آسکتے ہیں۔ اگر ایسی جگہ نہیں تو اپنی نشست ایسے موقع پر رکھیں کہ دائیں اور بائیں دونوں طرف آدمی حسب نشاء بیٹھ سکتا ہو۔ اگر ایسی جگہ یا نشست ہے تو علم النفس کے ذریعہ سے جواب آسانی سے دیے جاسکتے ہیں اور تقریباً صحیح ہونگے۔ اب ایسی عام جگہ ہے کہ جہاں آدمی جس طرف چاہے بیٹھ سکتا ہے۔ اور کوئی سائل آئے اور چلتے سر کی طرف بیٹھ کر سوال کرے۔ خواہ کسی قسم کا ہو۔ بشرطیکہ بند سر کی طرف سے آئے ہو تو مقصد فوراً پورا ہوگا اگر بیٹھا تو کھلے تختے کی طرف ہے مگر بند تختے کی طرف نہیں آیا تو کامیابی ہوگی مگر دیریں

**قاعدہ :-** بعض آدمی بعض اشیاء نہیں کھاتے اور ان کا تجربہ ہے کہ ہم جب یہ شے کھاتے ہیں نقصان پجاتے ہیں۔ مثلاً اکثر آدمی تیل نہیں کھاتے۔ اگر اتفاق سے تیل میں پکی ہوئی شے کھالیں تو ان کو زکام اور کھانسی ہو جاتی ہے۔ بعض اصحاب کی بعض اشیاء سے اس سال ہو جاتے ہیں علاوہ ازیں ایک تجربہ تو عام ہے وہ یہی شے جو آپ نے کئی مرتبہ یا بہت سی مرتبہ کھائی ہے اور کوئی نقصان اس نے نہ دیا۔ بعض وقت وہ شے ایسا نقصان پہنچا دیتی ہے کہ ان کی تکلیف پاتا ہے۔ اس کے اسباب اور نفع نقصان کا قانون کھانا افراط و تفریط میں۔ نجوم سیاروں کے اثرات کو تسلیم کرتا ہے

لیکن واقعہ یہ ہے کہ یہ قوانین علم النفس کے ماتحت ہیں اور تجربہ نے ثابت کر دیا ہے کہ اگر علم النفس کے قوانین کی پیروی کی جائے تو نقصان دینے والی شے نقصان نہیں دیتی بلکہ برعکس مفید و معاونتی ہے۔ وہ قانون یہ ہے کہ گرم اشیاء عموماً اس وقت استعمال کر دے جب بایاں یعنی قمری ستر چل رہا ہو۔ اور سرد اشیاء اس وقت استعمال کر دے جب دایاں یعنی شمسی ستر چل رہا ہو۔ اس پابندی سے کوئی شے نقصان نہیں کرے گی اور جب آپ اس کے برعکس کریں گے یعنی گرم اشیاء شمسی ستر میں اور سرد اشیاء قمری ستر میں کھائینگے وہ شے نقصان کر جائے گی۔ گو اس سے قبل نفع دیتی رہی ہو۔

”قلم رائیست مجبوری بیان رائیست پایانے“ علم کی کوئی حد نہیں جس علم پر انسان چاہے ہزاروں لاکھوں کتابیں لکھ سکتا ہے۔ سخن کی کوئی حد نہیں ہے۔ اگر میں چاہوں۔ (بحکم خدا) تو اس بیان کو طول دیتا جاؤں۔ لیکن میرے علم میں اس فصل کے ماتحت وہ چند قوانین اچھکے جو دنیوی کاروبار میں مدد و معاون ہو سکتے ہیں اور سچ تو یہ ہے کہ اگر ایک حرف نیست میں است ساری کتاب پڑھ کر اگر کوئی ایک بات پر بھی عمل کرے تو مطالعہ کا اشتداد اور تصنیف کی غرض ایک حد تک پوری ہو سکتی ہے۔ مگر عام طبائع اسی رنگ کی ہوتی ہیں کہ کتاب کا مطالعہ کریں اور طاق میں رکھ دیں۔

اگر صد باب حکمت پیش نا داں بخوانی آیدت باز یچہ درگوش  
نگو نیند از سبب باز یچہ حرفے کزاں پندے نگیرے و صاحب ہوش  
میں نے اپنی بساط کے مطابق بہت کچھ لکھ دیا اور لکھ دیا۔ اب میں دوسری قلم علم النفس کی بیان کرتا ہوں۔ و ما تو فیقی الا باللہ۔

## باب دوم



بلاں اے جاں برادر کہ علم النفس دو قسم پر منقسم ہے۔ قسم اول در سوال و جواب و  
 چگونگی کار و افعال و انجام و آغاز۔ قسم دوم متعلق عملیات و عبادات۔ اور قسم کا ملین  
 عالمین۔ صاحبین سے متعلق ہے مگر عوام کے واسطے بھی نفع سے خالی نہیں اس لئے کہ  
 بعض قوانین عملیات سے متعلق ہیں اور ہر عمل میں اثر زیادہ کرتے ہیں۔  
 ارباب پیش پر مخفی نہیں کہ عمل اور ولیفہ میں فرق ہے۔ وظیفہ کی نہایت اور غرض  
 ثواب آخرت اور عبادت ہے اور عمل مخصوص کسی دنیوی مقصد پر ہوتا ہے۔ لیکن  
 نماز جو افضل ترین عبادت ہے۔ حکیم مطلق نے اس کے اوقات اور طریق نشست و  
 برخاست مقرر فرمادیئے ہیں اگر کوئی حکمت الہیہ اس تعین اوقات اور طریق نشست  
 برخاست میں نہ ہوتی تو سیدھا سادھا حکم دیدیا جاتا کہ جس وقت جی چاہے اور جس طرح  
 چاہو نماز پڑھ لو۔ مگر رکوع و سجود کا تعین اور قیام و قعود کی تخصیص نے ثابت  
 کر دیا کہ رکوع اس حالت میں ادا ہوگا جب دو تالشت ہو جائیں اور سجدہ جب  
 ہی ادا ہوگا جب ہم سر بسجود ہو جائیں۔ معلوم ہوا کہ نشست و برخاست میں تعمیل اور  
 قبولیت ہے۔ جب تک ہم سمجھیں گے کہ نہیں رکوع ادا نہ ہوگا۔ اور جب رکوع نہ ہوگا

تو اس کا نتیجہ (ثواب) بھی نہ ملے گا۔ ثواب خود کسی فعل کا اثر ہے اور ثواب جب ہی ملے گا جب وہ فعل حسب قانون ادا ہو جائے گا۔ اگر حسب قانون ہر رکن ادا نہ ہو تو عبت ہو اور کوئی ثواب اس کا نہ ہوگا یعنی کوئی اثر نہ ہوگا۔ اسی طرح اوقات کی بھی تقسیم ہے اگر ہر نماز معینہ وقت کے اندر پڑھیں گے تو اس کا اثر ہوگا۔ اگر وقت معینہ کے اندر نہ پڑھیں گے تو اثر نہ ہوگا۔ ان ہی قوانین ربانی پر نظر کرتے ہوئے عالمین نے دو شرطیں عمل میں رکھی ہیں یعنی پابندی اوقات اور طریق نشست۔ مگر اکثر لوگ اس رکن حتم سے ناواقف ہیں۔ عملیات میں نہ وقت کی پابندی کرتے ہیں۔ نہ نشست کی اور علم النفس کا حصہ دوم ان ہی قوانین کی رہنمائی کرے گا:

**نوٹ :-** عبادت شرعی میں جگہ کی تخصیص نہیں۔ یعنی تمام مسجد روئے زمین جس جگہ جی چاہے نماز پڑھ لو۔ لیکن باوجود اس عمومیت کے پھر بھی خصوصیت ضرور ہے مثلاً گھر میں نماز پڑھنے سے مسجد میں نماز پڑھنے کا زیادہ ثواب ہے۔ حالانکہ زمین ایک ہی ہے۔ اسی طرح مسجد سے جامع مسجد اور علی الترتیب حرم کعبہ محترم سے افضل ہے۔ لیکن آپ کہیں گے کہ یہ تو افضلیت ہے تخصیص نہیں۔ عمل تخصیص کرنا ہے۔ میں عرض کروں گا کہ عمل میں تخصیص کی ضرورت ہے۔ عبادت عام ہے اور عمل خاص لہذا عبادت میں شان عمومیت اور عمل میں شان خصوصیت پائی جائے گی۔ اس بحث سے صرف اس قدر ثابت کرنا مقصود ہے کہ عمل میں نشست۔ پابندی وقت تعین مقام خاص رکن ہیں اور ان ارکان کی پابندی سے عمل میں اثر پیدا ہوتا ہے دو رکن یعنی مقام اور وقت یہ تو کوئی خاص شے نہیں جس پر زیادہ تفصیل سے بحث کی جائے گی۔ تاہم بعض قوانین جو ذرا گہرے ہیں ان پر چھلپتی ہوئی نظر ڈالنے کی ضرورت ہے

### قسم اول

پابندی وقت سے مراد تارے کی راعت بھی ہے اور مطلق راعت بھی ہے اور

دو نوبت اپنی جگہ مقرر اور قابل عمل ہیں۔ تو ان میں علم النفس میں پابندی وقت سے مراد  
 ساعت مطلق ہے۔ یعنی جو وقت میں کل عمل کیا تھا۔ آج بھی اسی وقت عمل کریں مثلاً  
 آپ دن کے دس بجے یا رات کے دس بجے ایک عمل شروع کرتے ہیں تو روزانہ سیدھے وقت  
 کیا کریں اس سے غرض نہیں کہ کل دن کے دس بجے کس ستارے کی ساعت تھی اور آج دن کے  
 دس بجے کس ستارے کی ساعت ہے۔ مثلاً دن کے دس بجے کل مریخ کی ساعت تھی اور آج مریخ کی  
 ہے لیکن ظائف اور علم النفس میں ہی یہ پابندی ہے۔ عملیات عامہ میں بجائے وقت کے  
 ستارے کی پابندی کی جائے گی۔ اور اس طرح وقت کا تفاوت ہوتا رہے گا۔ یعنی اگر  
 آپ نے شمس کی ساعت میں کوئی عمل شروع کیا ہے تو روزانہ ساعت شمس میں ہی کرے  
 اس سے غرض نہیں کہ کل دن کے دس بجے ساعت شمس تھی اور آج دن کے پانچ بجے  
 ہیں۔ چونکہ مجھے عملیات کا بیان یہاں مقصود نہیں لہذا میں اس بحث کو ترک کرتا ہوں  
 اور علم النفس کا بیان کرتا ہوں۔ جو عمل بھی ہیں اس کتاب میں بیان کر دیتا ہوں اس کا وقت  
 دوسری رہے گا جواول دن تھا۔ اور جس جگہ سر کی شخصیں ہوں گی وہاں تفصیل کر دی جائیگی  
 لیکن تعین سے مراد سیکنڈ اور منٹ نہیں۔ چوبیس منٹ کی ایک گھڑی ہوتی ہے۔ لہذا  
 چوبیس منٹ تک اس کی تاخیر وقت میں داخل نہیں۔ لیکن ایک گھڑی تک کی تاخیر کر سکتے  
 ہیں۔ ابتدا نہیں کر سکتے۔ مثلاً ایک شخص نے رات کے دس بجے عمل شروع کیا ہے تو دوسرے  
 دن جب ضرورت ہو تو۔ ایک گھنٹہ منٹ پر عمل شروع کر سکتے ہیں۔ لیکن جب دس  
 بجے میں ۴۰ منٹ ابھی باقی ہیں تو عمل شروع نہ کریں۔ تاخیر ہو سکتی ہے۔ مگر تقدیر نہیں  
 ہو سکتی۔ ہاں دس منٹ کی تقدیم بھی ہو سکتی ہے۔ اس سے زیادہ تقدیم عمل میں نقصان  
 دے۔ لیکن ان قواعد اور پابندی کے باوجود ضروریات اور مجبوریات قابل معافی ہیں  
 آپ کو معلوم ہے کہ حالت اضطراب اور مجبوری کے وقت خدائے ذوالجلال نے اپنے فراموش  
 معاف فرمائیے۔ اور حرام کو حلال فرمادیا۔ اور تم نصی ہو یا سفر میں ہو تو روزہ مت

رکھو۔ اور جب محنت پر جائے یا مقیم ہو جاؤ تو روزہ کی قضا رکھ لو۔ ترجمہ قرآن پاک۔ یعنی اگر آپ نے عذر شرعی کے سبب سے روزہ نہیں رکھا اور بعد سقوط عذر روزہ رکھا۔ تو یہ قضا روزہ بھی قائم مقام ادا کے ہو گا۔ تمہارے اجر و ثواب میں کوئی کمی نہیں کیا جائیگی۔ لیکن جب باوجود محنت یا قیام کے آپ نے قضا نہیں رکھی تو آپ پر ترک فرض کا گناہ ہے اور جو رعایت قدرت نے آپ کی مجبوری پر عطا فرمائی تھی وہ واپس لے لی جائے گی۔“

دوسرا قانون یہ ہے حرام کیا ہے فقد قائلے نے تم پر مردار اور خون اور سور کا گوشت اور جو سوائے خدا کے کسی دوسرے کے نام پر ذبح کیا جائے۔ لیکن اگر حالت اضطرار ہو (اور تم ان میں سے کسی ایک کا حسب ضرورت استعمال کر لو) تو تم پر کوئی گناہ نہیں جب حرام اشیاء اور ذرائع خداوندی کا ترک حالت اضطرار میں قابل مواخذہ نہیں۔ تو عمل کی پابندی کیا شے ہے۔ جبکہ اثر قدرت رٹل کر دے جبکہ بوج مجبوری ہم نے اس کے کسی قانون کو غرضی طریق پر ترک کر دیا ہے ان آؤ۔ اور شواہد کی روشنی میں جو پابندی بوج مجبوری آپ سے نہ ہو سکے تو آپ کسی وقت ترک کر سکتے ہیں اور اس سے عمل میں کوئی نقصان نہیں آتا۔ مثلاً آپ سو گئے اور وقت نکل گیا (جو وقت آپ کے عمل کا معین تھا) یا کسی اور خاص مجبوری کی وجہ سے آپ وقت پر عمل نہ کر سکے تو دوسرے وقت اس عمل کو کر سکتے ہیں اور وہ بے وقت بھی قائم مقام وقت کا ہو گا اور اثر میں کوئی فرق نہ آئے گا۔ لیکن اگر آپ نے فقہاً وقت ترک کر دیا تو عمل کے اثر میں فرق آجائے گا۔ اور یہ ایک عام قانون ہے۔ عملیات علم النفس پر ہی موقوف نہیں۔

## قسم دوم

پابندی مقام و تعین منزل۔ یہ بھی عمل میں ضروری شے ہے یعنی جس جگہ آپ نے

پہلے دن عمل شروع کیا ہے۔ آخر تک اسی جگہ عمل کرتے رہو۔ اور حتیٰ الوسع اُس مقام کو تبدیل نہ کرو۔ بظاہر یہ پابندی نفسی معلوم ہوتی ہے ہم جس جگہ بھی عبادت کریں وہاں عبادت اور ابو جاپیگی۔ عمل کا تعلق خدا سے ہے یا ملائکہ سے اور یہ کسی مقام سے مخصوص نہیں لیکن علماء مکہ اور عالمین نے بہت ہی غور و خوض کے بعد یہ فیصلہ دیا ہے کہ مقام کی تبدیلی سے اثرات عمل میں فرق آجاتا ہے اور اس میں چند نکات ہیں جن کی صحت سے انکار نہیں کیا جاسکتا۔

دلیل اول۔ انسان یا حیوان۔ چرند ہو یا پرند۔ جن ہوں یا ملائکہ تمام اپنے مسکن مولد سے مانوس اور مألوف ہیں۔ ترک وطن پر چند خاص قوتوں میں نقصان آجاتا ہے مثلاً محبت و شجاعت جو اپنے مسکن اور گھر پر ہوتی ہے۔ دوسری جگہ نہیں ہوتی جس جگہ جس عمل کی ابتداء ہوتی ہے۔ وہ ہی اس کا مولد اور مسقط الراس ہوتا ہے اور اپنی تمام تر قوت حاصل کرتا ہے۔ دوسری جگہ تبدیلی میں کامل قوت نہیں رہتی۔

دلیل دوم۔ یہ امر باتفاق ثابت ہے کہ عمل کا تعلق ملائکہ سے ہوتا ہے۔ ملائکہ (متعلقہ عمل) اس مقام سے مشوب ہو جاتے ہیں۔ جہاں عمل کیا گیا ہے۔ لیکن جب دوران عمل میں جگہ تبدیل کی جائے تو فرشتے پریشان اور سر اسیمہ ہوتے ہیں۔ تبدیلی مقام ان کو گراں ہوتی ہے اور تاخیر عمل میں فرق آجاتا ہے۔

دلیل سوم۔ جس جگہ عمل شروع کیا جاتا ہے۔ بخور کے سلگانے اور عطر وغیرہ کے استعمال سے اُس جگہ کی آب و ہوا لطیف اور جراثیم سے پاک ہو جاتی ہے اور یہ امور بھی تاثیر عمل میں مدد و معاون ہوتے ہیں اور کبھی چند باریک نکات تعین مقام میں ہیں جن کے ذکر کا یہاں محل اور موقع نہیں ہے۔ کیونکہ ان کا تعلق عملیات بدلی و جمالی سے ہے۔ عملیات علم النفس سے انکا تعلق نہیں۔ بہر حال تعین مقام ایک ضروری رکن



عمل کا ہے۔ لیکن بعض اصحاب ایسے ہیں جو ایک جگہ چند یوم رہتے ہی نہیں۔ بقولے سے ایک جا رہتے نہیں عاشق بدنام کہیں دن کہیں رات کہیں صبح کہیں شام کہیں تو ایسے اصحاب بد پابندی نظام کر سکتے ہیں نہ کوئی عمل کر سکتے ہیں۔ ایسے اصحاب جن کا قیام عارضی رہتا ہو اور یقین نہ ہو کہ ہمارا قیام رہے گا تو ایسے صحابہ کے واسطے عاملین نے یہ قانون بنا دیا ہے کہ ابتدا ہی سے بجائے جگہ کے مصلیٰ اپنی سجادہ کو مقام اور مکان تصور کریں۔ یعنی جب عمل شروع کریں تو پہلے دن سے یرنیت کریں کہ میں اس مصلے کو قائم مقام عمل بنانا ہوں۔ اب تبدیلی مقام میں نقصان نہیں۔ جس جگہ آپ یہ سجادہ بچھائیں گے وہ جگہ عمل کی ہوگی۔ لیکن یہ سمجھ لیجئے کہ سجادہ کو قائم مقام بنانا ان ہی لوگوں کے لئے کارآمد ہے جن کو اپنے قیام کا یقین نہ ہو جن اصحاب کو اپنے قیام پر اعتماد ہے۔ ان سجادہ کا یقین اچھا نہیں۔ سجادہ کی پابندی مجبوری کے لئے ہے۔ اصلی شے تو مقام ہی ہے۔ (مقام۔ مکان) ایک بات یہ معلوم کر لیجئے کہ ایک صاحب نے عمل اپنی جگہ شروع کیا۔ بظاہر سفر اور ترک وطن کے نہ کوئی آثار تھے نہ کوئی خیال۔ اچانک دوران عمل میں ترک وطن مقام کی صورت پیدا ہو گئی۔ تو ایسی حالت میں وہ ہی مجبوری اور معذور سی اور حالت اضطرار پیدا ہو گئی۔ اور یہ معاف ہے۔ اس عمل میں فرق نہیں آتا۔ کیونکہ حالت اضطرار واجار قابل موعذہ نہیں ہے۔

### قسم سوم

تیسری قسم شیعہ عمل ہے اور یہ بڑی مدت تک عملیات علم النفس سے مخصوص ہے اور یہ فصل اسی قانون پر مشتمل ہے۔ دو قسمیں جو پہلے بیان کر چکا (یعنی وقت مقام) وہ تو ہر عمل کا جزو ہے۔ لیکن قسم سوم یعنی نشست عام نہیں۔ واضح ہو کہ نشست

اثر سانس پر بھی ہوتا ہے یعنی نشست کی تبدیلی پر سانس کی ذمیت اور رفتار میں فرق آجاتا ہے اور رفتار نفس ہی ہمارا مقصد ہے۔ لہذا طریق نشست قانون عمل میں نہیں بلکہ عین عمل میں داخل ہے۔ مادہ دیگر قوانین کے قوت ہو جانے پر اثر میں کمی آجاتی ہے۔ مگر نشست کے فرق میں اصل عمل میں ہی نقصان آجاتا ہے۔ چونکہ نشست مختلف ہے۔ یعنی انسان کئی طریقوں پر بیٹھ سکتا ہے۔ اس لئے ہر عمل کے لئے جدا گانہ نشست ہے اور میں یعونۃ اللہ اس کی تفصیل بیان کرتا ہوں۔

یہ تسلیم شدہ امر ہے کہ انسان بلکہ تمام عالم چار عناصر سے مرکب ہے۔ آتش۔ باد۔ آب۔ خاک۔ طبعی نام سودا۔ صفرا۔ بلغم۔ خون ہے۔ دنیا کی کوئی شے ان عناصر سے خالی نہیں۔ بلکہ ہر عنصر خود چار عناصر سے مرکب ہے۔ یعنی آتش میں بھی باد۔ آب۔ خاک ہے۔ اور خاک میں بھی آب۔ باد۔ آتش موجود ہے۔ اور یہ تقسیم ایک ایسی مسلسل تقسیم ہے جس طرح دائرہ کی تقسیم آغاز و انجام سے نابالغ ہے۔ حالانکہ اس دائرہ کا آغاز و انجام تھا۔ دائرہ کی قطعے والا صرف اپنے تصور میں آغاز و انجام رکھے ہوئے ہے۔ اور اسے معلوم ہے لیکن دنیا کی کوئی دوسری طاقت دائرہ کا آغاز و انجام معلوم نہیں کر سکتی۔ بہر حال شمسی اور قمری سروں میں بھی ان عناصر کی شمولیت ہے اور اس کی تقسیم ذہنی یہ ہے کہ جب سانس تبدیل ہوتی ہے (شمسی قمری سے یہاں بحث نہیں) تو پہلا حصہ آتش کا دوسرا حصہ باد کا۔ تیسرا آب کا۔ چوتھا خاک کا چونکہ تبدیلی نفس کا کوئی خاص قانون نہیں۔ بلکہ عوارض جسمانی اور حوادث آسمانی اور آفات ارضی کا اثر نفس پر پڑتا ہے اور یہ وقت سے قبل بھی دو گھنٹہ سے قبل اثر تبدیل کر لیتا ہے۔ تاہم میں ایک ضابطہ کے اندر لائے کہ میں ہر سر کی مقدار دو گھنٹہ مقرر کرتا ہوں۔ جس کو چار پر تقسیم کرنے سے

ہر غفر کے حصہ میں ۳۰ منٹ آتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ جب مرتبہ تبدیل ہوتا ہے تو منٹ  
 پہلے آتش کے۔ بعد ازاں باد کے۔ بعد ازاں آب کے۔ بعد ازاں فاک کے۔ یہ دوسرے  
 دائرہ ابتدا۔ یہ غمرہ کوئی یقینی نہیں ہے اس میں تغیر و تبدل اور کم و بیش ہوتا رہتا ہے  
 اس جگہ میں آپ کی توجہ اس کتاب کے ابتدائی حصہ کی طرف کیجا نا چاہتا ہوں۔  
 جہاں میں نفس کو سیارگان پر تقسیم کیا تھا۔ اور تین ستاروں کا بیان میں کر چکا تھا اور  
 بقایا چار سیارگان رہ گئے تھے ان کے متعلق میں نے اعلان کیا تھا کہ آخری کتاب میں ان  
 ہر چار سیارگان کی بحث کر دوں گا۔ لہذا قسم سوم یعنی نشست میں اس کی بحث آئے گی  
 اب آپ اس کتاب کے ابتدائی حصہ میں تقسیم سیارگان پر نظر ڈالئے جو یہ ہے۔ اور  
 میں بنظر سہولت دوبارہ مختصر شرح کرتا ہوں۔ صحوائے کبریٰ۔ مریخ۔ غروب۔  
 مشتری۔ جب سانس سیدھے نچنے سے آئے نچنے کی طرف منتقل ہو تو ابتدائی حصہ  
 زحل۔ جب سانس آئے نچنے سے سیدھے نچنے کی طرف رجوع کرے۔ زہرہ۔ ایک  
 تقسیم اور بھی ہے جس کا ذکر اسی کتاب میں کسی جگہ کر دیا ہے مگر وہ تقسیم اور علیحدہ سبق سے  
 متعلق ہے۔ یہاں اسی تقسیم سے کام لیا جائے گا۔ میں نے ابتدائی حصہ میں بیان کیا  
 ہے کہ تین مرتبہ نمایاں ہیں۔ یعنی شمسی۔ قمری۔ عطارد۔ اس میں کسی غور و خوض اور  
 تفکر و تدبر کی ضرورت نہیں۔ نہ کسی تعلیم و تعلی کی حاجت۔ البتہ ان چار سیارگان کی  
 ساعت معلوم کرنے کے لئے دو قاعدے ہیں۔ جن میں سے ایک قاعدہ اسی کتاب میں  
 دوسری جگہ بیان کر چکا ہوں۔ لیکن وہ قاعدہ ان ہی اصحاب کے کام کا ہے جو ضبط  
 نفس کا حباب رکھتے ہیں۔ اگر ہمیں کسی وقت بھی معلوم کرنا ہے کہ اس وقت جو سانس  
 چل رہی ہے وہ کس غفر سے متعلق ہے تو اس کا طریق یہ ہے کہ آپ ایسی جگہ سکون سے  
 لیٹتے جہاں ہوا مطلق نہ ہو۔ کبوتر یا کسی اور نیچے سے پرندے کا بار یک پر لیجئے۔ یا  
 روٹی کو پاشاں کر کے اپنے نچنے کے سامنے رکھئے اور دیکھئے کہ ہوا کا اثر ڈناک کے

نتھنے سے چہواکل رہی ہے اس سے مراد ہے کتنی دور پہنچ رہا ہے۔ لیکن آپ قصداً  
 زور سے سانس نہ نکالیں بلکہ جس طرح سانس لے رہے ہیں اسی طرح سانس نکال کر  
 (نتھنے سے) دیکھیں کہ روٹی یا تر اُڑتا ہے یعنی ہوا کے اثر سے متحرک ہوتا ہے۔ پس  
 جن جگہ متحرک ہو اس جگہ کو خوب سمجھ کر کے ناپئے اگر نتھنے سے وہ جگہ ایک گره ہے  
 تو آتش۔ دو گره کا فاصلہ تو باد۔ اگر تین گره کا فاصلہ ہو تو آب۔ اگر چار گره کا  
 فاصلہ ہے تو فاختی تر شمار ہوگا۔ بعض اوقات آپ اس میں الجھیں گے یعنی آپ  
 امتحان کر رہے ہیں۔ لیکن نفس شمسی بظاہر چل رہا ہے لیکن امتحان میں آبی۔  
 بادی۔ فاختی۔ آیا۔ تو اب آپ اسے کیا کہیں گے۔ نتھنا تو شمسی چل رہا ہے لیکن  
 فاصلہ دوسرا عنصر بنا رہا ہے تو اب آپ حیران ہو گئے کہ اسے شمسی دگم یا آبی  
 (سرد) کہیں۔ میں عرض کروں گا کہ ذات تو شمس ہی رہی لیکن صفت آبی یا  
 فاختی ہوگی۔ اور یہ ایک طویل بیان ہے یہ مختصر رسالہ اس طویل بحث کا تحمل نہیں  
 اور نہ عام طریق پر اس بحث کی ضرورت پڑتی ہے۔ جن ارباب فہم و ذکا کا دماغ  
 اس حد تک پہنچے گا وہ اپنی عقل و اداد سے یہ بھی معلوم کر لیں گے کہ ایک صفت  
 دوسری صفت میں مدغم ہو جاتی ہے۔ جس طرح مشتری باوجود سعد ہونے کے بعض  
 گھروں میں اپنا اثر اور اپنی صفت عدم کر لیتا ہے لیکن ذات قائم رہتی ہے اسی طرح  
 زحل باوجود کجوست کے بعض مقام پر اپنی طبیعت بدل لیتا ہے۔ لیکن ذات وہ  
 ہی رہتی ہے۔

ایک محقق نے ایک اور شناخت بیان کی ہے جس سے مجھے اتفاق نہیں۔ اس لئے  
 کہ یہ شناخت ہی ایسی ہے جیسے شناخت کرنا بجائے خود ایک معما ہے تاہم میں بیان  
 کئے دیتا ہوں۔ ایک آئینہ صاف شفاف لوہا اور ناک کے نتھنوں کے قریب لاکر  
 خوب زور سے سانس سپردالو۔ بخارات اُڑ کر آئینہ پر جم جائیں گے اور آئینہ دھندلا

ہو جائے گا۔ اس بخار سے جو دھندلا پن آئینہ پر بنے گا۔ اس شکل کو خوب غور سے دیکھو  
اگر وہ شکل مثلث سی معلوم ہو تو آتش تیر ہے اگر مدور شکل دائرہ ہے تو بادی۔ اگر لسیڑ  
شمیر یا ہلال ہو تو آبی۔ اگر مربع ہو تو خاکی سرشتیہ کر دے۔

**قاعدہ :-** آٹے کی چار گولیاں دائرہ بخود کی برابر اسکو مختلف چار رنگوں  
میں رنگ لو۔ ایک سفید رہے۔ دوسری زرد۔ تیسری سبز۔ چوتھی سرخ۔ یہ گولیاں  
جیب میں یا کسی برتن میں ڈال لو۔ اب جس وقت معلوم کرنا ہو کہ اس وقت کون سا  
عنصر ہے تو بے دیکھے ہوئے ایک گولی نکالو۔ جس رنگ کی گولی ہاتھ میں آجائے وہ عنصر  
اس وقت ہو گا۔ اگر سفید گولی نکلے تو آبی۔ سرخ نکلے تو آتش ہے۔ سبز نکلے تو بادی ہے  
زرد نکلے تو خاکی ہے۔

**قاعدہ :-** دھوپ میں آنکھیں بند کر کے کھڑے ہو جاؤ اور غور کرو کوئی  
رنگ آنکھوں کے سامنے فضا میں رقص کرتا ہوا چشم تصور سے نظر آئے گا۔ بس جو  
رنگ نظر آئے وہ ہی عنصر اس وقت غالب ہے۔

**قاعدہ :-** ہر دو قاعدہ بالا (گولیوں والا اور آنکھیں بند کرنے والا) پر  
خوب دو تین دن مشق کرو۔ مشق سے بغیر غلط ہوئے آپ اندک وقت میں غالب  
عنصر کو معلوم کر لیں گے اور ایک امتحان اس طرح کرو کہ کسی سے اپنے گھر میں کہیں  
کہ وہ چار رنگوں میں سے کوئی رنگ اپنے دل میں لے لے۔ اسے بتادو کہ ان  
چار رنگوں میں سے کوئی رنگ اپنے دل میں لو۔ جب وہ رنگ لے لے تو آپ  
اپنی مشق سے بتا دیں گے کہ فلاں رنگ لیا ہے۔ ممکن ہے کہ ابتداء میں دو ایک  
مرتبہ غلطی ہو مگر مشق سے آپ صحیح بتا دیا کریں گے۔

**قاعدہ :-** جیسا کہ میں نے شروع باب میں عرض کیا ہے کہ یہ فضل باب العلیا  
ما تحت علم النفس ہے۔ اور اس وقت تک جو بیان کیا گیا یہ سب قوانین تھے۔ اب

میں عملیات کے چند قواعد بیان کرتا ہوں۔ لیکن آپ ان کو معمولی یا سطحی نجائیں بلکہ یہ ایک سائنس ہے جو بے نتیجہ اور بے اثر نہیں ہو سکتے۔ جس طرح آگ سے کسی شے کا گرم ہو جانا ایک بدیہی بات ہے اور ناممکن و محال ہے کہ ہم پانی کے نیچے آگ جلا لیں اور پانی گرم نہ ہو۔ اسی طرح یہ بھی ناممکن اور محال ہے کہ علم النفس کے تحت کا کوئی عمل کیا جائے اور اس میں اثر نہ ہو۔ ہاں خدا بے قادر و توانا کو اختیار ہے کہ وہ آگ کی گرمی اور پانی کی سردی معطل کر دے لیکن وہ فطرت تبدیل نہیں کیا کرتا۔ اس لئے کبھی نہیں ہوا کہ آگ کی گرمی زائل و باطل ہو جائے۔ اسی طرح کبھی نہیں ہو سکتا کہ علم النفس کے تحت کا عمل باطل ہو جائے۔ ہاں اگر کوئی نادان جگنو کا نگارہ۔ اور سرخ کپڑے کے ٹکڑے کو آخر جان کر آگ کا کام لینا چاہے تو وہ اس اثر میں باطل ہو گا۔ ہر سرخ شے آگ کا نگارہ نہیں۔ گو کوئی نادان لاعلمی سے اسے آگ کہہ دے۔

اب میں ایک نکتہ واضح اور صحیح طریق پر بیان کرتا ہوں۔ یہ طریقہ میں نے دوسری کتابوں میں بھی دیکھا ہے مگر ناتمام ہے۔ میں نہیں کہہ سکتا کہ ان اصحاب نے قصداً ضروری نکتہ چھپا لیا۔ یا ان کی رسائی اس تک نہ ہوئی۔ تاہم میں مکمل اور مفصل بیان کرتا ہوں اور دعوت عام دیتا ہوں کہ آپ میری تحریر پر عمل کریں اور اس قدر ترقی اور حقیقی علم سے فائدہ حاصل کریں۔ میں شمسی اور قمری ستر چلنے کی تاریخیں تو ابتدائے کتاب میں بیان کر آیا ہوں لیکن مگر عرض ہے کہ چاند کی ۵-۶-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-۲۶-۲۷-۲۸-۲۹-۳۰-۳۱ تاریخوں میں طلوع آفتاب کے وقت شمسی یعنی دامناتھنا چلتا ہے۔ ان تاریخوں میں آپ ایسا کریں کہ طلوع آفتاب کے وقت یعنی جب آفتاب طلوع ہو چکا ہو تو اپنی نگاہ آسمان کی طرف لگا دیں یعنی ٹکٹی باندھ کر بغیر ملک جھپکے آسمان کو دیکھیں

مطلوع آفتاب سے نظر ہٹا کر داہنی طرف دیکھنا شروع کریں۔ اگر آپ عین آفتاب کی طرف نظر لگائیں گے تو آفتاب کی چمک بصارت کو خیرہ کرے گی۔ اس لئے آفتاب پر نظر نہ کریں۔ بلکہ داہنی طرف نظر کو مٹھادیں یعنی جنوبی حصہ کو دیکھنا شروع کریں جب نظر بالکل ٹھنک جائے تو ہلک مار لیں۔ یہ مشق آپ پندرہ منٹ کریں۔ چونکہ درمیان میں قمری ستر چلنے کی تاریخیں آئیں گی۔ اس لئے قمری تاریخوں میں مشق مغرب کی طرف کریں۔ اب یہاں یہ سمجھ لیں کہ یکم۔ دوم۔ سوم کو قمری تاریخیں ہیں۔ ان تاریخوں سے مشق شروع نہ کریں۔ بلکہ ۴ سے شروع کریں۔ ۴-۵-۶ کو جنوبی حصہ پر نظر جائیں ۷-۸-۹ کو مغرب کی طرف نظر جائیں۔ پھر ۱۰-۱۱-۱۲ کو بدستور مشرق کی جنوبی حصہ پر اسی طرح تیس دن عمل کریں۔ آخر میں یکم۔ دوم۔ سوم قمری تاریخیں آئیں گی پھر ۴-۵-۶ سے شمس آجائیں گی۔ ایک یہ بات یاد رکھیں کہ مشرق کی طرف جنوبی کنارہ کو دیکھیں اور مغرب کی طرف اسی طرح روزانہ مشق کرتے رہیں۔ پندرہ منٹ کی مشق بتائی ہے لیکن شوق تماشا اور ذوق تماشا اگر آپ کو مجبور کرے تو آپ اس سے زیادہ دیر تک دیکھا کریں۔ جب آپ مشق شروع کریں گے تو تیسرے دن آپ کی نگاہوں میں ایسا منظر پیش ہوگا کہ ایک دریا ہے جو لہریں مار رہا ہے۔ بعد ازاں آپ کو رنگ رنگ کے ٹکڑے ادھر سے ادھر چلتے پھرتے نظر آئیں گے۔ یہ رنگین مجسمہ کیا ہیں۔ خدا ہی بہتر جانتے ہیں۔ یہ فرشتے ہیں یا ربگنی نگاہ ہے۔ اس کے بعد جو منظر پیش ہو نا شروع ہوگا وہ حال ہے۔ قال نہیں ہے۔ میں اسے بیان کرنے سے مجبور ہوں۔ صاحب مشق خود دیکھ لے گا کہ کیا ہو رہا ہے اب آپ کی نگاہ میں وہ طاقت ہے کہ جو دیکھے گا اسپر ہیبت طاری ہو جائیگی آنکھیں سرخ ہو کر آگ کے شعلے کی طرح دھکنے لگیں گی۔ کوئی شخص آپ سے آنکھ نہیں ملا سکتا۔ آنکھ ملاتے ہی اس کا دل ہیبت سے کانپ جائیگا اور بعد ازاں

نظر میں وہ طاقت ہوگی کہ اگر آپ پتھر پر نظر جمائیں گے تو وہ جگہ سے اُچھل جائے گا  
 اور جس چیز پر نظر جمائیں گے وہ مال سے بے حال ہو جائیگی۔ جو کچھ عالم میں ہے وہ اثر  
 نظر ہوگا۔ اور اب آپ کی نگاہ آسمان کے پار ہو جایا کرے گی۔ ایک بات اور یاد  
 رکھئے کہ مشق شروع کرنے سے قبل دیکھ لیا کریں کہ آیا اثر متوافق تاریخ کے چل رہا  
 ہے۔ یعنی اگر قری نا دیکھیں میں تو بنائیاں تھکا چل رہا ہے تو اس کو موافق کر کے مشق شروع  
 کریں۔ اگر اثر خلاف چل رہا ہے تو کامیابی نہ ہوگی۔ اثر تبدیل کرنے کا قاعدہ بیان  
 کر چکا ہوں۔ یہ بات بھی یاد رکھیں کہ اثر چلنے کی مینعاد دو گھنٹہ تک ہے۔ آفتاب  
 نکلنے سے دو گھنٹہ تک کسی وقت میں پندرہ منٹ اس عمل کو کر لیا کریں۔ پندرہ  
 منٹ سے زیادہ آپ کی رائے اور شوق پر منحصر ہے کسی میدان یا اونچی جگہ پر اس عمل  
 کیا کریں۔ تاکہ آسمان کا پچلا حصہ زیر نظر ہو۔ مشق سے قبل کچھ ناشتہ ضرور کر لیا کریں  
 جانی پریٹ مشق نہ کیا کریں۔ لیکن پیٹ زیادہ بھی نہ بھرا ہو کہ سانس لینا دشوار ہو  
 آسمان پر نظر چلتے وقت جس دم کیا کریں یعنی سانس کو اس قدر روکا کریں کہ جھکنا  
 قوت ہے۔ سانس بھی رُک رہے اور نظر بھی نہ جھپکے جب تک سانس اور نظر تھک  
 نہ جھلے۔ سانس لینے اور نظر چھپکنے کی ممانعت نہیں ہے لیکن بار بار سانس لینے  
 اور نظر چھپکنے کی اجازت بھی نہیں ہے۔ یہ معمولی مشق ہے۔ لیکن اس علم کا پتہ  
 ہے اگر آپ نے اس پر عمل کیا تو آپ دیکھیں گے کہ کس قدر عظیم قوت آپ کے اختیار میں ہے  
 اس مسئلہ یہ رہ گیا کہ کب تک اس مشق کو جاری رکھیں۔ یہ آپ کے ذوق پر منحصر ہے۔  
 جب تک آپ کا ذوق متنی رہے آپ کرتے رہیں۔ اور جب تک مشق کرتے رہیں گے۔  
 آپ کی قوت روز بروز بڑھتی چلے گی۔ آپ کی نظر میں قوت پیدا ہو چکی ہے لیکن  
 کسی وجہ سے آپ آئندہ مشق جاری نہیں رکھ سکتے تو آپ ایسا کیا کریں کہ ہمتہ میں  
 صرف ایک دن مشرق پر نظر جمالیا کریں اور ایک مرتبہ مغرب پر۔ یہ قوت بھی پیدا ہوگی۔



ہمیشہ ہمیشہ قائم رہے گی۔ گو میں بقدر کچ کر آیا ہوں۔ لیکن منظر احتیاط پھر گزارش ہے کہ  
ستارہوں سے مراد چاند کی تاریکی نہیں۔ انگریزی یا ہندی تاریکیوں سے غرض نہیں کسی  
دن اگر ہو یا کوئی اور واقعہ آسمان پر ہو تو آپ کی مشق کو مانع نہیں۔ یہ بھی اجازت  
ہے کہ آج آپ نے کسی وقت مشق کی ہے۔ کل کسی وقت کی ہے۔ اس میں کوئی حرج نہیں  
ہاں دو گھنٹہ کے اندر رہے دو گھنٹہ کے بعد پھر مشق کا وقت نکل چکا۔ لیکن اگر کسی  
مجبوری سے پہلا وقت نکل چکا ہے تو دوسرے وقت مشق کر لیں۔ جیسا کہ میں عرض  
کر چکا ہوں۔ تھر ہر دو گھنٹہ میں تبدیل ہوتا ہے۔ دوسرے وقت اس سر کی سات  
میں عمل کریں۔

اب میں ان عملیات کو بیان کرتا ہوں جو سائنس میں اور جن کا اثر یقینی ہے  
برائے تغیر و حسب۔ پہلے یہ معلوم کرو کہ دنیا میں دو قسم کے کام ہیں۔ پہلا اپنی ذات کو نفع  
پہونچانا اور کسی دلی مقصد کو حاصل کرنا۔ دوسرے کسی نقصان پہونچانا جسکو  
اصطلاح میں حسب و بعض کہتے ہیں۔ پہلے مقصد کے لئے قمری سر میں عمل کرو۔ اور  
دوم کے لئے شمسی سر میں۔ قمری سر کی نشست پانچویں مار کر بیٹھنا ہے اور شمسی سر کی  
نشست دوازہ ہو کر بیٹھنا ہے جس طرح نماز کے قدرہ میں بیٹھتے ہیں۔ آپ نشست کو  
بے اثر نہ جانیں۔ اس میں خاص اثر ہیں۔ قمری سر کا رخ مغرب ہے اور شمسی سر کا رخ مشرق  
ہے۔ جب قمری عمل کریں تو مغرب کی طرف منہ کریں اور شمسی عمل میں مشرق کی طرف منہ کرے  
شمسی عمل اس وقت کریں جب شمسی سر چل رہا ہو۔ اور قمری اس وقت کریں جب قمری  
سر چل رہا ہو۔ اگرچہ میں چند مثالیں بیان کر چکا ہوں کہ جس سے سیارگان کی حالت  
معلوم ہو سکے۔ مگر آپ ان جھگڑوں میں نہ پھریں۔ جو حساب سیارگان کا میں بتا چکا  
ہوں دفعوں کے حساب سے آپ اس پر عمل کریں۔ اور میں در بیان میں بھی بتاتا  
چلاؤ گا۔

**قاعدہ :- عملِ حُب۔** جب سانس اُٹھنے سے سیدھے نکلنے کی فکر  
 ایک پورے زہرہ کا وقت ہے۔ آپ عملِ حُب اس وقت شروع کریں اور سیدھا سادھا  
 وقت یہ ہے کہ جب غروب آفتاب میں تیس منٹ باقی رہیں یہ وقت خاص مشتری کا  
 ہے۔ اس وقت عمل شروع کریں۔ عمل یہ ہے کہ پانچ منٹ مار کر اطمینان سے بیٹھیں مطلوب  
 نام ایک کاغذ پر لکھ کر اپنے سامنے رکھیں اور نظر اُس پر جمائیں۔ اگر محبوب کی تصویر  
 آپ کے پاس ہے تو وہ سامنے رکھیں۔ تصویر پر عمل کا اثر بہت تیز ہوتا ہے۔ اگر  
 تصویر نہیں تو پھر نام کافی ہے۔ اگر موقع ویسا ہے کہ نام بھی معلوم نہیں تو تصور  
 مطلوب کا کریں۔ اور اس کی صورت کا نقشہ تصور سے سامنے رکھیں۔ اب بعض  
 مواقع ایسے بھی ہوتے ہیں کہ مطلوب کو دیکھا بھی نہیں ہے تو صرف تصور کریں۔  
 اطمینان سے پانچ منٹ مار کر بیٹھ گئے اور نام یا تصویر یا تصور مطلوب کا سامنے ہے۔  
 اب ایک لمبی سانس اندر کو لیں اور تصور کریں کہ مطلوب میری سانس کے ساتھ  
 کچھ آیا اور میرے قلب میں چلا گیا۔ اب سانس کو روکیں۔ جب قدر قوت ہو۔ اب  
 آہستہ آہستہ سانس کو باہر نکالیں۔ دو ایک سانس چھوٹی چھوٹی گئے کہ پھر ایک  
 لمبی سانس اندر کو کشید کریں۔ اور تصور وہ ہی رہے کہ مطلوب میری سانس کے  
 ساتھ کچھ رہا ہے۔ اسی طرح مشق کرتے رہیں۔ یہاں تک کہ آفتاب غروب  
 ہو جائے۔ آفتاب غروب ہونے پر مشق ترک کر دیں۔ بس عملِ کامل ہو گیا۔ گو  
 اس میں کسی کلمہ کلام پڑھنے کی ضرورت نہیں۔ تاہم اگر امداد کے لئے یہ عمل بھی  
 فضل اندر کو کشید کرتے ہوئے پڑھ لیا کریں تو نفع سے خالی نہیں۔ مگر یہ آپ کی  
 رائے پر منحصر ہے اور ہر مرتبہ بھی ضرورت نہیں کسی مرتبہ پڑھ لیا۔ کسی مرتبہ  
 ترک کر دیا۔ عمل یہ ہے :- **يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمَطْمَئِنَّةُ (رجی ۱) لے ریلک**  
**رَاضِيَةً مِّنْ ذِيئَةٍ فَادْخُلِي - (پارہ ۳۰ - سورۃ الفجر) نفس کو**

اندر کشید کرتے ہوئے اس عمل کو پھر بھی کوئی تعداد اس کی معین نہیں۔ منہ مشرق کی طرف ہو۔ چند روز میں مطلوب آتش محبت سے بھر لک اٹھے گا۔

**قاعدہ:** جب کیلئے دوسرا طریق یہ ہے۔ کہ جب دستور بالقی مار کر بیٹھیں اپنے دونوں ہاتھ آگے کی طرف پھیلا دیں۔ جس طرح کسی کو آنکھوں میں لینے کے لئے پھیلاتے ہیں۔ ایک گہری سانس۔ بہت گہری جس قدر ممکن ہو اندر کی طرف کشید کریں۔ اپنے دل کو تصور میں لائیں اور یہ نقشہ پیدا کریں کہ میرا دل بجائے ایک کے دو ہیں۔ جب تک سانس روکنے پر قادر ہوں یہ تصور پیدا کریں۔ جب دم گھٹنے لگے۔ سانس باہر نکال دیں پھر دوبارہ اندر کو کشید کریں۔ اندر کی طرف کھینچتے ہوئے یہ تصور کریں۔ ابتداء میں شاید تمام تصور کا نقشہ نہ جم سکے لیکن دو یا ردن کی مشق میں مکمل نقشہ تصور کے ساتھ جم جایا کرے گا۔ اور چند روز کی مشق میں مطلب بے بقرار ہو جایا کرے گا۔ یہ دوسرا دل جو آپ تصور سے اپنے دل میں پیدا کریں گے۔ حقیقتاً محبوب کا دل ہوگا۔ یہ قاعدہ بہت محبوب ہے۔ میرے فائدان کے بزرگ اس سے اکثر کام لیتے رہے ہیں۔ اور میں بھی اس سے بسا اوقات کام کر لیا کرتا ہوں۔

**نوٹ:** جو ایام ستاروں کے علم نجوم سے معین کئے گئے ہیں وہ ہی ایام نفوس ہیں۔ کیونکہ جب نفوس کو سیارگان سے منسوب کر دیا تو ستاروں کے جو مناسبات نجوم میں معین ہیں وہ بدستور پیدا ہو گئے۔

**نوٹ:** اعداد میں قسم کے ہیں۔ اول وہ کہ جن کا نصف کامل ہو اور آخر تک کامل رہے۔ جیسے ۱۴ - ۸ - ۴ - ۲۔ اس قسم کے اعداد قمری ہیں ۲ و ۴ وہ عدد ہیں کہ ابتداء میں دو پر تقسیم ہو سکتے ہیں۔ لیکن جب اس کے حصہ کر دیئے ہیں۔ تو قابل تقسیم نہیں رہتے۔ مثلاً ۱۲ - ۶ - ۱۸۔ اس قسم کے اعداد سورج سے متعلق ہوتے

ہیں۔ تیسری قسم وہ ہے کہ جو ابتداء ہی سے قابل تقسیم نہیں ہوتے جیسے ۱۱ اور ۱۳  
 وغیرہ اس قسم کے اعداد نفس مساویہ سے مشوب ہیں۔ میں ایک خاص نکتہ  
 تفسیر کا بیان کرتا ہوں۔ یہ ایسے راز ہیں جو شاید کسی کامل سے سالہا سال کی خدمت  
 میں مل سکتے یا آپ رقم کثیر خرچ کر لے۔ یہ بات ظاہر ہے کہ جب کوئی بات کتاب  
 میں عام طریق پر آجاتی ہے تو لوگوں کی نگاہوں میں وقت کم ہو جاتی ہے۔ عام  
 طریق پر یہی مشہور ہے کہ کتابوں میں غیب ٹپ ہوتی ہے۔ اصل بات کو  
 لوگ سینوں میں پوشیدہ رکھتے ہیں۔ یہ بالکل صحیح ہے۔ لیکن کتاب میں آجائے تو  
 آپ اس عمل کو بے قدر نہ جانیں۔ میں کتاب میں محض اس لئے درج کر رہا ہوں  
 کہ اب میرا وقت آخیر ہے۔ میں قبر میں پاؤں لٹکائے بیٹھا ہوں مثل مشہور رہے۔  
 ”نہ مرے تو بڑھا ہوا ہو کر مرے“ جو انوں کی زندگی کی امید ہے (چاہے وہ کل ہی  
 کسی حادثے میں مر جائیں) لیکن بڑھے کو تو کوئی امید نہیں (چاہے وہ برسوں  
 زندہ رہے) میں اپنی بد اعمالی اور مہمہ کاری پر نادم ہوں۔ میرے پاس کوئی  
 عبادت نہیں جس سے مجھے بخشش کی امید ہو۔ میں نے جو کچھ حاصل کیا۔ یا جو  
 کچھ میرے بزرگوں کا سراپا ہے یا جو کچھ میرے تجربات ہیں۔ یا جو کچھ عالم غیب سے  
 ملتا ہوا ہے وہ سب میں نے اپنی کتابوں میں بغیر کسی نکتہ کے چھپائے بیان کر دیا  
 ہے۔ محض اس امید پر کہ شاید اللہ تعالیٰ میرے عملیات سے کسی مجبور اور بیکس کو  
 کامیاب فرمادے اور وہ میرے حق میں دعا کرے اور اللہ تعالیٰ اس کے صدقے میں میری  
 نجات فرمادے۔ چونکہ میں فالستہ لہ تعالیٰ پر عملی تجربہ کر رہا ہوں۔ کوئی معاوضہ  
 یا منلہ میں نے نہیں لیا ہے۔ اس لئے مجھے کسی نکتہ کے چھپانے کی بھی ضرورت نہیں  
 شاید آپ کا خیال ہو کہ کتاب قیمت سے فروخت کی ہے پھر فالستہ لہ تعالیٰ کہاں  
 میں عرض کروں گا کہ میں نے کتاب کی قیمت وہ ہی لی ہے جو تقریباً اسپر لاگت آئی

ہے۔ میں نے کاغذ لکھائی۔ چھپائی کی قیمت لی ہے۔ عملیات کا کوئی معاوضہ نہیں  
 لیا۔ اگر میں عملیات کا معاوضہ لیتا تو یہ ہی نکتہ تسخیر کا جو میں اب بیان کر رہا ہوں  
 ہزار روپے میں بھی ارزاں ہے۔ یہ عمل نہیں ہے بلکہ عملیات کے خزانہ کا ذخیرہ  
 گوہر ہے آپ اسکی قدر کریں۔ اگر آپ برسوں میری خدمت کرتے۔ میگزینوں اور  
 خرچ کرتے اور میں خاص انداز سے اس عمل کو آپ کے کان میں کہتا (ہزاروں  
 احسان رکھ کر) اسوقت آپ کا اعتقاد کامل ہوتا۔ اب جو میں بے ٹانگے۔ بے کسی کے  
 طلب کئے ہوئے۔ اپنی خوشی سے کتاب میں درج کر رہا ہوں تو بعض لکھا ہوں  
 میں اسکی وقعت نہیں رہی۔ لیکن مجھے اپنے کام سے کام ہے۔ پونچا دینا میرا کام  
 ہے۔ عمل کرنا یا نہ کرنا آپ کا کام ہے اور عمل میں تاثیر کامل عطا فرمانا خدا کے  
 ذوالجلال کا کام ہے۔ اب اس عمل کی تشبیح اور توضیح غور سے معلوم کرو۔ مطلوب  
 اور اپنے نام کے اعداد ابجد قمری سے اسوقت استخراج کرو جب قمری نمبر عمل  
 رہا ہو۔ اور ان اعداد کو بطریق استنطاق جمع کرو۔ مگر عشرات تک عشرات کو  
 جمع کر کے اعداد کی صورت میں نہ لاؤ۔ اب دیکھو کہ اعداد مستخرجہ و مستنطقہ قمری  
 برآمد ہوئے۔ اگر قمری برآمد ہوئے تو یہ تسخیر کے لئے ایک تیر و دہیکان ہے۔ جو  
 پہلے وار میں ہی جملہ کے پار ہوتا ہے۔ اعداد کو مستنطق محض نسبت ستارہ کے لئے  
 کرو۔ اگر استنطاق عشر تک قمری اعداد برآمد ہوں کہ آپ سمجھ لیں کہ اسم اعظم ہاتھ  
 آگیا اور یہ فال ہے کہ مطلوب بہت جلد مسخر ہو جائیگا۔ اب اصل اعداد (استنطاق  
 سے قبل دونوں ناموں کے جو اصلی اعداد تھے) کے ہم عدد قرآن پاک میں سورہ  
 یوسف کی کوئی عبارت لیں۔ کوشش کریں کہ ایسا جملہ ہاتھ آجائے جو کامل اور  
 مستعمل ہوں اگر کامل جملہ ہاتھ نہیں آتا تو جس حرف تک آپ کے اعداد کامل ہوتے  
 ہوں اس حرف تک لے لیں اور سورہ یوسف کی اس عبارت کو بقاعدہ اولے

پڑھیں۔ یعنی پانچویں بار کہ قبلہ کی طرف منہ کر کے پڑھیں اور لمبی سانس اندر رکھ کر کشید  
 کریں اور ان حروف کو پڑھتے جائیں۔ کوئی تعداد ان کی تعیین نہیں۔ سانس کی  
 قید کریں اور ان حروف کو پڑھتے جائیں۔ جب سانس تنک جلتے تو باہر نکال دیں  
 اور عمل موقوف کریں۔ پھر سانس کو اندر کی طرف کشید کریں اور پڑھیں۔ اسی  
 طرح بتیس مرتبہ کریں۔ یعنی جب سانس اندر رکھ کر کشید کریں تو یہ عمل پڑھیں جب تک  
 سانس روکنے پر قادر ہوں۔ اور جب سانس باہر نکالیں تو عمل موقوف کریں۔  
 اس طرح بتیس مرتبہ کریں۔ خدا پاپے تو پورا اور زیادہ سے زیادہ اٹھ دن  
 میں مطلوب بیقرار اور مبتاب ہو جائے گا۔ اور خاص جذبات جھٹ اس کے دل  
 میں پیدا ہو جائیں گے۔ لیکن اعداد مستنطقہ قمری نہیں۔ بلکہ شمسی برآمد ہوئے  
 (وہ ہی اعداد عشرت تک استنطاق کرنے میں) تو یہ اس بات کی علامت ہو  
 کہ مطلوب کا ملنا دشوار ہے۔ آسان نہیں۔ ایسے مواقعات اور مشکلات پیش  
 ہیں اور ان میں گمے جس سے باہمی ملاقات میں بخت دشواریاں پیدا ہو جائیں گی۔  
 تاہم ناممکن نہیں۔ ان اعداد مستخرجہ کے (وہ اعداد جو استنطاق سے قبل اصل  
 نام کے تھے) مطابق سورہ یوسف میں سے آیت یا عبارت پیدا کر کے شمسی سر  
 میں حسب قواعد بالا پڑھیں۔ لیکن اس کی خواندگی اکیس یوم ہے یعنی اکیس یوم  
 میں اثر ہوتا ہے مگر پڑھیں اسی وقت جب سانس اندر رکھ کر کشید کریں۔ اور  
 منہ مشرق کی طرف ہو۔ اور جب سانس باہر نکلے تو پڑھنا بند کریں۔ اب رہ گیا  
 عدد قساویہ یعنی دونوں ناموں کے اعداد قمری سے استخراج کئے اور استنطاق  
 تا عشرت اعداد قساویہ کی صورت میں پیدا ہوئے تو اس حالت میں بھی ہم قمری  
 اعداد کی طرح عمل کریں گے۔ اعداد قمری اور اعداد قساویہ میں عمل کا کوئی فرق  
 نہیں۔ بس تعداد ایام کا ہی فرق ہے یعنی قمری اعداد کا اثر اٹھ یوم میں شمسی کا اثر

اکیس یوم میں۔ اور قضاویہ کا اثرا غایت ۱۶ یوم تک ظاہر ہوتا ہے۔ ہم عدد سورہ یوسف سے حروف لیا۔ آپ اسے خوب غور سے سمجھ لیں۔ دونوں ناموں کی جو تعداد ہو۔ سورہ یوسف میں سے کسی جگہ سے اس قدر حروف لیں جو ان اعداد کی برابر ہو جائیں۔ اگر یہ حروف ایسے نکل آئیں کہ جملہ یا معنی نکلا۔ اور آپ سے جانتے ہو کہ کشش کر کے اس جگہ سے حروف لیں۔ جہاں سے کوئی یا معنی جملہ پیدا ہو جائے اور اگر یا معنی پیدا نہ ہوں تو اس کا خیال نہ کریں۔ بلکہ ہم عدد ہونے کا خیال نہ کریں اگر ہم عدد اور یا معنی ہے تو نوثر علی نوثر ہے۔ ورنہ ہم عدد لیں۔ معنی کا خیال نہ کریں

**قاعدہ :-** اکثر نزول اور زکام کی حالت میں ٹھنڈا پانی نقصان دیتا ہے اور اکثر اصحاب اس سے پرہیز کرتے ہیں۔ اور بلیا بھی سرد پانی نزلہ اور زکام میں نقصان دہ ہے۔ ایسی حالت میں آپ پانی پیتے وقت دو لڑن ٹھنڈوں کو ہاتھ سے مضبوط بند کر لیں اور سرد پانی پیئیں۔ جس قدر ضرورت ہو اور بعد پانی پینے کے بھی ایک منٹ تک ٹھنڈے بند رکھیں۔ ایک منٹ کے بعد اوپر کو سر کر کے ٹھنڈے کھول دیں اس عمل سے سرد پانی کوئی نقصان نہیں کرے گا۔ بلکہ فائدہ دے گا۔

**قاعدہ :-** جس دم فقر اور اہل تصوف کا خاص مشن ہے۔ اور اس میں عجیب و غریب کیفیات اور حیاتیں نہاں ہیں۔ یہ محسوسات ناوار افعال ہیں تقریر و تحریر کی بندش سے یکسر آزاد ہیں جس دم میں طول زندگی کا فلسفہ پوشیدہ ہے۔ یہ رفع امراض اور دفع آلام و اسقام کا خاص اثر جس دم میں پوشیدہ ہے۔ جو اصحاب جس دم کی مشق کرتے ہیں۔ ان میں یہ اوصاف پیدا ہوئے ہیں۔ قلب کی صفائی قلب میں بجلی زدانی۔ طول عمر و ولایت۔ تصور سے اپنی طرف دوسروں کو متوجہ کرنا تسخیر عام۔ رفع امراض جسمانی و دہ دہانی۔ غرض کہ انسان کو انہماک کامل

جس دم ہی بنا رہا ہے۔ جس دم کے قواعد چونکہ ماتحت تصرف آپکے ہیں اس لئے ہر  
 خاندان کا طریق جداگانہ ہے۔ لیکن ایسا طریق جو تمام اقسام پر حاوی ہو۔ میں بیان  
 کرتا ہوں۔ اور بعد میں پڑھنے کا بھی قاعدہ بیان کر دوں گا۔ جس دم کا اصلی قاعدہ  
 یہ ہے کہ آپ پانچویں مار کر نہایت سکون اور اطمینان سے بیٹھیں۔ کوئی فکر اور تشویش  
 دل میں نہ ہو۔ پیٹ نہ بالکل خالی ہو نہ حد سے زیادہ پُر ہو۔ اپنے سر کو بالکل سیدھا  
 کریں ایک لہر پڑھنے کی ہڈی اور سر ایک مساوی سطح میں ہو۔ اب ایک لمبی سانس  
 اندر کو کشید کریں۔ اور یہ اندازہ کریں کہ جس قدر لمبی سانس اندر کو کھینچی ہے اب  
 سانس کو بند کر لیں اور یہ اندازہ کریں کہ جس قدر لمبی سانس اندر کھینچی ہے اس سے کم سے کم  
 دو حصہ زیادہ اندر بند رکھیں جب سانس پر بار پڑنے لگے تو باہر آہستگی سے نکال  
 دیں۔ اسی طرح مشق برابر کرتے رہیں۔ جب سانس اندر کھینچنے اور بند کرنے میں  
 ایک اور پانچ کا تناسب ہو جائے گا۔ تو وہ سب کیفیات اور مدارج ظاہر ہونے  
 لگیں گے جن کا ذکر بطور بالا میں بیان کر دیا گیا ہے۔ ایک اور پانچ کا تناسب یعنی  
 جب سانس اندر کشید کرنے میں جو قدر وقفہ ہوا ہے اس سے پانچ گنا بند کرنے کی مشق  
 ہو جائے۔ اور دوران مشق میں کوشش کرتے رہیں کہ جس قدر سانس اندر کشید  
 کرنے میں طوالت ہوگی اسی قدر زیادہ نفع ہوگا۔ سانس اندر کشید کرنے میں جو قدر  
 طوالت ہوتی جائے اسی مناسبت سے بند کرنے میں تاخیر ہوتی جائے گی۔ اس  
 مشق کا چند دن میں یہ اثر ہوگا کہ آپ بہت لمبی سانس لینے لگیں گے۔ اور  
 ساتھ ہی دیر تک بند کر سکیں گے۔ آپ اس مشق میں ایسا پائیں گے کہ برقی قوت  
 یا آبجیات کی ایک لہر باہر سے اندر کو کھینچ رہی ہے اور ایک مقناطیسی قوت آپ  
 میں پیدا ہو رہی ہے۔ اس عمل کی کچھلی میں کسی اور عمل کی یعنی پڑھنے پڑھانے کی  
 ضرورت نہیں ہوتی۔ بلکہ آپ کی زبان سے نکلا ہوا ہر جملہ بلکہ ہر حرف ایک شے ہے



پھیپھڑوں کی ہوا صاف ہو جائے گی۔ اور کوئی جسمانی مرض پیدا نہ ہوگا۔ اگر دنیا کے لوگ اس درس پر عمل کریں تو پتہ چلے گا کہ ملک مرض سے صحت ہو سکتی ہے جس دم کی مشق کرنے والے اصحاب تمام آلام و ہقام سے نجات حاصل کرتے ہیں۔ تبدیلی آب و ہوا اور تغیرات موسم کا کوئی اثر ان پر نہیں ہوتا۔ اور یکسوئی قلب اور سکون و اطمینان اس قدر پیدا ہو جاتا ہے کہ کوئی بیرونی طاقت اس کے تصور کو نہیں توڑ سکتی۔ نیز یہ ایک قسم کی خاص ورزش ہے جو جسم کو خوبصورت اور رشاد بنا دیتی ہے۔ لیکن ان اسباق میں یہ لحاظ رہے کہ زیادہ دیر تک مشق نہ کیا کریں ورنہ اول تو سو دھم کی شکایت پیدا ہوگی۔ یعنی جب آپ زیادہ دیر تک بیٹھے ہوئے مشق کرتے رہیں گے تو لاحقہ سہم میں فتور ہوگا اس لئے غذا ہلکی اور زود دھم کھایا کریں۔ اور زیادہ مقدار میں نہ کھایا کریں حضرت شیخ سعدی علیہ الرحمۃ نے اس فلسفہ کو اس قطعہ میں بیان فرمایا ہے:۔۔۔

اندروں از طعام خالی دار تا درو نور معرفت بینی

تبی از خلقتی بر علت آں کہ بری از طعام تابی

یہاں تک چند قواعد میں نے تسخیر عام و خاص کے بیان کر دیئے اور یہ وہ عمل ہیں جو کما اثر ہو نا یقینی ہے۔ اب میں دو خاص قاعدہ پر بادی دشمن اور ہلاکی اعداد اور فحیانی پر مخا لفین کے بیان کرتا ہوں۔ اور یہ بیان کہ چکا ہوں کہ یہ قواعد سائنٹیفک ہیں اور سمرانہ نہیں۔ جنکا اثر خالی نہیں جاتا۔ ان میں خاص تاثیر یہ ہے کہ ایسے عمل بالکل باطل نہیں ہوتے۔ اگر اتر تمام و کمال نہ ہوگا (کسی خاص وجہ سے) تب بھی آپ اس قدر ضرور اثر دیکھیں گے جس سے معلوم ہو جائے گا کہ عمل بے اثر نہیں۔ یعنی اتر کم و بیش ہو سکتا ہے بالکل زائل نہیں ہو سکتا۔ بغض و عداوت اور ہلاکی اعداد کے لئے اکثر دو مٹھو (جیسا کہ عمل حسب میں پالتی مار کر مٹھینا بتایا

گیاتے) نیز عمل حسب اُوقت کرو جب سانس اندر کشید کرو۔ اور عمل انقباض اُوقت کرو جب سانس باہر نکلے۔ اپنے دشمن کا نام لکھ کر (خوب موٹے حروف میں) اپنی جگہ کے سامنے رکھو اسپر نظر جمی رہے لیکن صورت غضبناک اور خشم آلود ہو۔ چہرہ پر آثار جلال و خوف پیدا کرو۔ تیز نظروں سے نام کو دیکھو۔ اگر ایسے موقع پر دشمن کی تصویر سامنے ہو تو بہت جلد اثر ہوتا ہے۔ ایک لمبی سانس اندر کو کشید کرو۔ اور تیزی کے ساتھ باہر کو نکالو۔ سانس نکالتے ہوئے یہ عمل پڑھو۔

میتھیلے ناک ذات لھب جیوقت لھب منہ سے نکلے تو ہوا کا اثر نام یا تصویر پر پہنچے۔ یعنی پہلے سے وہ کاغذ جس پر نام لکھا ہے یا تصویر اس قدر قریب رکھو کہ تمہاری سانس کی ہوا اسپر پڑ کر اسے متحرک کر دے۔ لھب پر اپنی سانس توڑ دو (گو اس میں سکت باقی ہو) پھر دوبارہ سانس اندر کر لے کر باہر نکالتے ہوئے عمل پڑھو اور لھب کو زور سے نکال کر اس کی ہوا کاغذ پر ڈالو۔ سطح اس مرتبہ وزانہ آئیں یہ تم تک کیا کرو۔ اس عرصہ میں تم دشمن کو اپنی حسب مراد پریشان حال دیکھو گے۔ اکیس یوم انتہائی ہیں یعنی مکمل کو رس ہے۔ مگر کبھی اکیس دن پورے نہیں ہوتے۔ جب نام کو معلوم ہو کہ تمہارا معمول (دشمن) بیمار ہو گیا یا کسی مصیبت میں گرفتار ہو گیا تو اس عمل کو اسی دن ختم کر دو۔ اگر تم اس امید میں برابر عمل کرتے رہو گے کہ آئندہ اور زیادہ بُرا نتیجہ ہوا ہو گا تو اس سے عمل میں فرق آجائے گا اور اس کا اثر تم پر لوٹ جائیگا۔ اس عمل کی بس دو ميعادیں ہیں۔ اکیس دن۔ یا جب خبر ملے کہ دشمن کسی پریشانی میں مبتلا ہو گیا ہے۔ یہ عمل بہت ہی سریع الاثر ہے۔

قاعدہ دوم بعض کے واسطے یہ ہے کہ جو اصحاب عمل کے پڑھنے سے کسی وجہ سے متنع ہوں۔ وہ صرف اس کاغذ پر جس پر نام دشمن کا لکھا ہے۔ یا تصویر پر نظر

کرتے ہوئے (خشکیں اور غصہ ناک نظر) جب سانس باہر نکالیں تو یہ فقہد  
 کریں کہ دشمن تباہ اور برباد ہو رہا ہے۔ باقی سب قاعدہ وہی ہے جو قاعدہ  
 اولے میں بیان کر دیا ہے۔

**قاعدہ ۵:** بعض اصحاب میں قوت شامہ (سونگھنے کی قوت) مفقود  
 ہو جاتی ہے۔ وہ خوشبو اور بدبو سب سے بے نیاز ہو جاتے ہیں۔ ایسے اصحاب کا  
 وہ شریان (رگ) خشک ہو جاتی ہے جن کا قوت شامہ سے تعلق ہے۔ ایسے  
 اصحاب کا بہترین اور اکیسری علاج یہ ہے کہ سر پر روغن کدو کی مالش کریں  
 اور صبح طلوع آفتاب سے کچھ قبل کھلی ہوئی ہوا میں یا بالافانہ پر چڑھ کر اپنی  
 سانس کو زور سے اندر کشید کریں اور اسی زور سے باہر نکالیں اور اس  
 عمل کو جلد جلد کریں۔ یعنی ہوا زور سے اندر کشید کریں اور باہر نکالیں تقریباً  
 پندرہ منٹ اس عمل کو روزانہ کریں۔ ایک ہفتہ میں قوت شامہ عود  
 کر آئے گی۔ اور خوشبو و بدبو میں تمیز کرنے لگے گی۔

**نوٹ:** یہ کلیہ کسی دلیل کا محتاج نہیں کہ انسان عقل ہی سے مجیز ہے  
 جس میں جس قدر عقل ہے اسی قدر مداح انسانیت کرنا چاہئے گا اور دنیوی  
 وجاہت بھی حاصل کرے گا۔ بے عقل انسان اور لاعقل حیوان میں کوئی  
 فرق نہیں۔ انسان میں جو ہر انسانیت عقل ہی ہے۔ جس میں عقل نہیں وہ  
 نہ صرف مرتبہ انسانیت سے محروم ہے بلکہ وہ دنیا میں کوئی معزز اور  
 محترم جگہ حاصل نہیں کر سکتا۔ ایسا انسان کیڑوں کی طرح گناہ پیدا ہوتا  
 اور گناہ ہی فنا ہو جاتا ہے۔ اس کی ہستی نہ اپنے لئے مفید ہے نہ دوسروں کیلئے  
 مستفیض۔ اس میں شک نہیں کہ عقل عطیہ الہی ہے۔ یہ کسی نہیں دہی ہے۔ مگر  
 قدرت نہ بخل ہے نہ ظالم۔ قدرت ہر انسان کو فطرت پر پیدا کرتی ہے۔ حدیث

پاک میں ہے عظمیٰ مولیٰ دھلی نظر ہے۔ مگر کوئی شخص آئینہ فطرت کو سعی و کوشش  
 مجاہدہ اور ریاضت سے منجلی اور مصفا کرتا رہتا ہے اور کوئی تساہل اور تسامح  
 اور کندہ بنا رہتا ہے۔ آئینہ عقل کو صاف اور منجلی کرنے کے لئے جس دم سے  
 برہم کر کوئی دوسرا طریق بہتر نہیں ہے۔ جس دم قدرت کا ایسا کارخانہ یا پتلی  
 گھر ہے۔ جس میں ہر قسم کی مشینیں لگی ہیں۔ تندرستی۔ توانائی۔ دولت  
 غفلت۔ تسخیر عام۔ شفا کے امراض۔ خوبی عاقبت۔ ولایت۔ کرامت  
 غرض کہ سب کچھ سب کچھ جس دم میں ہے۔ بلکہ ان بھیدوں کو وہ ہی شخص  
 پاسکتا ہے جو اس پر عامل ہوتا ہے۔ آپ تجربہ کریں کہ جب آپ پانچ منٹ تک جس  
 دم کر سکیں گے تو دیکھ لیں گے کہ آپ کے سینہ میں جو قدرت کا پتلی گھر ہے اس کی  
 تمام مشینیں حرکت کر رہی ہے اور سب اپنے اپنے مفوضہ کام کو بخیر و خوبی کر رہے  
 ہیں

**قاعدہ :-** آپ اس کتاب میں پڑھ آئے ہیں کہ دامن شمس ہے اور  
 یا باں قمری شمس سر میں آکھن ہوتا ہے۔ اور آکھن آگ کا جز ہے۔ یہ حرارت  
 اور گرمی پیدا کرتا ہے۔ جب کوئی عمل ایسا ہو جس میں شمس سر چلانا پڑتا ہو تو  
 ایسے عمل میں بعد مشق تھری دیر کے لئے قمری سر بھی چلا لینا چاہئے۔ اور سردی  
 ملتی بردودھ گھی کا استعمال بھی کرنا چاہئے یا کسی سرد اشیا کا استعمال ضروری  
 ہے۔ تاکہ پیدا شدہ حرارت کا بدل ہو جائے۔ اگر کوئی آدمی شمس سر عرصہ تک  
 چلاتا رہے گا۔ اور اس کا بدرد نہ کرے گا تو نقصان پیدا ہوگا۔ اور گرمی سے جو عوارض  
 پیدا ہو سکتے ہیں وہ پیدا ہو جائیں گے (اگر آپ کو اس کا تجربہ کرنا ہو تو اس طرح  
 کر سکتے ہیں کہ جب بدن کو ٹھنڈا دینے والی خونی سردی پڑ رہی ہو۔ اور دانت  
 دانستہ رہا ہو تو آپ قمری سر کو بند کر دیں اور شمس سر چلا دیں۔ تھوڑی دیر

میں آپ کو گرمی محسوس ہوگی اور رفتہ رفتہ جسم میں اسقدر حرارت پیدا ہوگی کہ آپ کو احساس ہوگا کہ شاید گرمی کا موسم آگیا۔ اور اسی طرح جب گرمی کے موسم میں سہانے آگ برس رہی ہو۔ پیچھے آرہے ہوں۔ پیاس کی شدت ہو تو آپ شمسی تھر کو بند کر کے قری تھر چلائیں۔ تھوڑی دیر میں حرارت مفقود ہوگی اور جسم میں ٹھنڈک پڑ جائے گی۔ اور پیاس کی شدت جاتی رہے گی۔ یہ ایسے نمایاں مسائل ہیں جن کا ہر وقت تجربہ کیا جاسکتا ہے (جب کسی وجہ سے بخار تیز ہو جاتی کہ سرسامی حالت پیدا ہو چکی ہو تو شمسی تھر کو بند کر کے قری تھر چلا دو)۔ تھوڑی دیر میں ہی بخار کی حالت مفقود ہوگی۔ اور مریض کو سکون معلوم ہوگا۔ یا بعض بیماریوں میں جیسے کالرا (ہیفنہ) میں جسم سرد پڑ جاتا ہے۔ جگم اور ڈھاکڑا بخار اور گرمی پیدا کرنے کی تدبیریں کرتے ہیں۔ ایسی حالت میں اگر شمسی تھر چلا دیا جائے تو کسی بیرونی دوا کے تھوڑی دیر میں جسم میں حرارت پیدا ہو جاتی ہے اور مریض کی جان بچ جاتی ہے۔ خلاصہ اس کا یہ ہے کہ جب گرمی کی ضرورت ہو تو شمسی تھر چلائیں۔ اور سردی کی ضرورت ہو تو قری تھر چلائیں۔

**قاعدہ :-** بعض اصحاب کو قبض دائمی کی شکایت رہتی ہے۔ بعض اصحاب کی آنے دن ناف ٹلتی رہتی ہے۔ بعض اصحاب کی پیٹ کی رگوں میں درد رہتا ہے۔ علی الخصوص عورتوں کو اس قسم کی بیماریاں اکثر ستاتی رہتی ہیں۔ بعض اصحاب کے کمر اور گردن میں درد رہتا ہے جس سے وہ بے چین رہتے ہیں۔ غرض کہ پیٹ کی جگہ شکایتوں اور جسم کے تمام حصہ کے دردوں کے لئے یہ قاعدہ منضبط ہے۔ اگر آپ اسپر عمل کریں گے تو تیسرے دن ابتدائی اور معمولی بیماریوں سے شفا ہوگی۔ اگر گہرے امراض ہوں تو ایک

ہفتے میں شرطیہ (انتار اللہ) صحت ہوگی۔ قبض دائمی کے لئے یہاں ایک نکتہ طبی بیان کرتا ہوں پھر علم النفس کے ماتحت قاعدہ تحریر کروں گا۔ جن لوگوں کو قبض دائمی کی شکایت ہو۔ ایسے اصحاب صبح خواب سے بیدار ہو کر پانچاٹھ کو ضرور جایا کریں۔ اس سے غرض نہیں کہ اجابت ہو یا نہ ہو مگر صبح کو اجابت بہ فراغت ہونے لگی۔ یہ طبی نکتہ ہے اور مجرب ہے جو عمل کریگا اس سے فائدہ ہوگا۔ اب ماتحت علم النفس میں قاعدہ بیان کرتا ہوں۔ اس عمل سے تمام امراض دور ہوں گے۔

اس عمل کا کوئی خاص وقت تو معین نہیں۔ دن رات میں جس وقت موقع ملے پیش کر لیا کریں۔ تاہم صبح کا وقت زیادہ مناسب وقت ہے۔ پابندی صرف اس قدر ہے کہ بیٹ بھرا ہوا نہ ہو (قری یعنی بائیں تنے کو روئی سے بند کریں بشرطیکہ وہ نقصا چل رہا ہو۔ اگر شمسی ستر ہی چل رہا ہو تو بہت مفید ہے اپنے دونوں ہاتھوں کو برابر سطح میں خوب پھیلا لیں اس قدر کہ ہاتھوں میں جھول نہ رہے۔ بالکل تھن جائیں۔ دونوں پاؤں کو ملا لیں اور مضبوط کریں کہ قدم اپنی جگہ قائم رہیں ملنے نہ پائیں۔ اب اس طرح ہاتھ تنے ہوئے سیدھی طرف کو مڑیں۔ ہنقد جھقہ مڑنا ممکن ہو۔ حتیٰ کے کمر اور رانوں کے ملنے کچھ گھٹے لگیں اور ایک شمش کی رگوں اور پٹھوں میں تکلیف سی محسوس ہونے لگے۔ ہاتھ برابر تنے رہیں۔ نہ ہاتھوں میں جھول آئے۔ نہ پاؤں اپنی جگہ سے جنبش کریں۔ جب تمام جسم مڑ جائے تو اب آہستگی سے بائیں طرف کو مڑیں جس قدر ممکن ہو پھر داہنی طرف پھر بائیں طرف اور سانس زور زور سے داہنے تنے سے خارج کرتے جائیں اور اندر کو کھینچتے جاتے جائیں۔ اب سطح داہنے سے بائیں طرف اور بائیں طرف سے داہنی طرف جسم کو پھرتے رہیں۔ کم از کم سات مرتبہ اسی طرح جسم کو گردش دیں۔ اگر زیادہ

مرتبہ دے سکیں تو اور بھی اچھا ہے۔ اب ہاتھ چھوڑ دو۔ مشق ختم ہو چکی۔ تین دن اسی طرح مشق کرو۔ جسم کے جوڑ جوڑ کا درد موقوف ہو گا۔ پیٹ کی رگوں میں جھکا خرابی ہو گی۔ دُور ہو گی۔ معدہ کی خرابیاں جاتی رہیں گی۔ آپ اس مشق سے اپنی زندگی میں خوشگوار تبدیلی دیکھیں گے۔ آبجیات کی لہریں جسم میں دوڑتی معلوم ہونگی۔ اس مشق سے جو فوائد حاصل ہوں گے وہ آپ خود مشق کرنے پر معلوم کر سکیں گے۔ میں الفاظ میں اُن فوائد کو بیان کرنے سے قاصر ہوں۔

**قاعدہ :-** جس شخص کے خون میں خرابی ہے۔ یا تپ کُتنہ ہے تو سینہ اُٹھا کر سیدھے اس طرف منہ کر کے کھڑے ہو جاؤ۔ جس طرف کی ہوا اُنہو اپنے ہونٹوں کو گول بنا لو جس طرح سیٹی بجاتے ہیں۔ اور زور سے ہوا اندر کشید کریں اور زور سے باہر نکالیں ایسے زور سے کہ منہ سے سیٹی کی آواز نکلے۔ دس منٹ اس طرح دن میں کم از کم پانچ مرتبہ یہ مشق کرو۔ آپ کو خود احساس ہو گا کہ خون صاف ہو رہا ہے۔ اور تپ بخرقہ کم ہو رہی ہے اس عمل سے بھوک بھی کُٹل جاتی ہے اور قدر تا غذا کی مقدار بڑھ جاتی ہے

**قاعدہ :-** یہ ایک مانی ہوئی بات ہے کہ قلب اور پھیپھڑوں میں یگانگیت اور باہمی اتحاد ہے۔ قلب پھیپھڑوں سے اور پھیپھڑے قلب سے متاثر ہوتے رہتے ہیں۔ لہذا دل میں جو بات پیدا ہو گی پھیپھڑے بھی اس سے متاثر ہوتے ہیں۔ اور عملِ حُب و بغض کے لئے یہ ایک خاص مقناطیسی قوت ہے آپ کو تعجب ہو گا کہ ایک شخص سے ہمیں محبت یا عداوت ہے تو دوست سے ملنے کے لئے اور دشمن کو برباد کرنے کے لئے پھیپھڑوں کی کیا ضرورت ہے جسمانی آلام و اسقام میں تو پھیپھڑوں کو ہم دخل سمجھ سکتے ہیں مگر فارجی کاموں میں پھیپھڑوں کا کیا کام ہے۔ ہاں حیرت و استعجاب کی ضرورت بات ہے اور

ہم نے کبھی نہیں سنا اور نہ کسی کتاب میں دیکھا کہ فلاں کام ہمارا اسوجہ سے نہیں  
ہوا کہ ہمارے پھیپھڑے خراب یا اس کام کے مخالف تھے۔ ناکامی کی وجہ تارو کی  
مخالفت بنائی جاتی ہے مگر پھیپھڑوں کی مخالفت آج تک نہیں سنی۔ مگر آپ  
یقین کریں کہ ہماری ناکامی میں جہاں تاروں کی مخالفت کام کرتی ہے وہاں  
ہمارے اعصاب کی مخالفت بھی کام کرتی ہے اور دوسرے عملیات میں خواہ  
پھیپھڑے دخل ہوں یا نہ ہوں مگر علم النفس میں پھیپھڑوں کو بہت حد تک  
دخل حاصل ہے۔ اور میں بعونہ قلعے اسے ثابت کرتا ہوں یہ بات ظاہر ہے  
کہ جہد کسی شے کا خیال دل میں مستحکم ہوگا۔ اسی قدر اس شے پر اثر پڑے گا  
اسی خیال کا نام تصور ہے۔ اعتقاد ہے۔ استقلال ہے۔ سب دنیا اس پر  
متفق ہے کہ جب استقلال سے کوئی کام کیا جائیگا اس میں کامیابی ہوگی  
اور استقلال نام ہے مضبوطی خیال اور استحکام تصور کا۔ فقرائے میں اس کا  
نام مراقبہ اور گیان دھیان ہے۔ اسی مراقبہ یا گیان سے روحانی درجے طے  
ہوتے ہیں۔ دنیا کا ہر وہ فعل اور ہر وہ حرکت جو ہم سے صادر ہوتی ہے  
وہ پہلے خیال میں آتی ہے۔ اگر خیال میں جم گئی تو ہم اس حرکت یا فعل کو  
کرتے ہیں۔ اگر وہ خیال نہ جا تو ہم اس فعل کے فاعل نہیں ہوتے۔ خیالات تو  
ہوا کی لہروں کی طرح ٹٹتے جاتے ہیں۔ لیکن بعض خیال ایسے بھی ہوتے ہیں  
کہ ہم ان خیالات کی تکمیل فعل سے کر لیتے ہیں اور یہ وہ باتیں ہیں جن سے کوئی  
انکار نہیں کر سکتا۔ پھر کیا آپ کو معلوم ہے کہ کوئی خیال مستحکم ہو کر فعل میں آگیا  
تو اس کی وجہ کیا تھی۔ اور کوئی خیال پیدا ہو کر حرف غلط کی طرح مٹ گیا تو اسکی  
وجہ کیا تھی۔ اگر آپ اس کی وجہ یہ بیان کریں کہ جو خیال پیدا ہو کر مٹ گیا وہ  
مصلحت کے خلاف تھا اور اس میں نقصان تھا۔ اور جو خیال ہمارے مفید تھا



وہ ہو گیا تو مشاہدہ شاید ہے کہ دنیا میں ایک انسان بد سے بدتر فعل کر جاتا ہے۔  
 اور بتر سے بتر چھوڑ دیتا ہے۔ اگر مفید اور غیر مفید کی وجہ مان لی جائے تو پھر دنیا  
 میں کوئی شخص بڑا کام نہ کرے کیونکہ دنیا میں سب بڑے کام غیر مفید اور ناقص کا کوئی  
 ہی بہتات ہے۔ بہر حال یہ تسلیم کرنا پڑے گا کہ جس کام پر آدمی کا خیال مستحکم ہو جاتا  
 ہے وہ کام کر گزرتا ہے چاہے وہ مفید ہو یا غیر مفید۔ اب خیالات میں استحکام  
 کس طرح ہوتا ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ ہوا میں ایک مقناطیسی قوت ہے جب  
 دل میں کوئی خیال پیدا ہوتا ہے تو اس کا اثر پھیپھڑوں پر پڑتا ہے۔ اگر وہ خیال  
 نیک ہے اور پھیپھڑوں کی ہوا بھی صاف شفاف ہے تو وہ دوزں ملکر خیالات اور  
 تصورات کو مستحکم بنا دیتے ہیں اور وہ خیال فعل بن جاتا ہے۔ اگر خیال بد ہے اور  
 پھیپھڑوں کی ہوا بھی بد ہے تو وہ تصور مضبوط ہو کر فعل کی صورت اختیار  
 کر لیتا ہے۔ خیال تمنا کچھ نہیں کر سکتا۔ تاؤ قہقہہ پھیپھڑوں کی ہوا معاون نہ ہو  
 اس بیان کو کسی قدر طویل ہو گیا۔ مگر غیر طول کے پارہ بھی نہ تھا۔ اب میں  
 عمل تسخیر و محبت بیان کرتا ہوں جو سمر آؤند ہے اور جس کا اثر اسی طرح یقینی ہے  
 جس طرح صبح کو آفتاب کا مشرق سے نکلنا صاف اور کھلی ہوئی ہوا میں سینہ  
 تان کر کھڑے ہو جاؤ۔ اگر باغ کی ہوا ہو جس میں پھولوں کی خوشبو شامل ہو  
 تو نہایت عمدہ ہے۔ پہلے منہ کے ذریعہ سے خوب ہوا اندر کی طرف بھرد۔ اور  
 ناک کے تنقنوں کے ذریعہ سے نکال دو (اس میں شمسی اور قمری کی بوٹ نہیں)  
 پانچ چھ مرتبہ اسی طرح تازہ ہوا اندر بھرد اور کیف ہو افا ج کر دو۔ اب  
 تمہارے پھیپھڑوں کی ہوا صاف ہے۔ اب مطلوب کا خیال اپنے دل میں جاؤ  
 اور اس کا نام لیتے ہوئے لمبی سانس اندر کو کشید کر دو۔ اور تصور یہ ہو کہ میں جس کا  
 نام لے رہا ہوں وہ میری سانس کے ساتھ میرے دل میں آ رہا ہے لمبی سانس

بھر کر آہستہ سے نکتوں کے ذریعہ سے خارج کر دو۔ اسی طرح کم از کم پچیس مرتبہ کرو  
 سانس اندر کھینچتے ہوئے مطلوب کا نام لو۔ اور باہر نکالتے ہوئے نام نہ لو۔ صبح و  
 شام تین تین منٹ اس عمل کو کرو۔ میں امید کرتا ہوں کہ جاندار تو آخر جاندار ہے  
 ایک مرتبہ بے جان شے بھی متحرک ہو کر تمہارے پاس آ جائے گی۔ آپ دل میں  
 کہیں گے کہ اس قدر آسان ترکیب اور اس قدر دشوار کام ایک دنیا جب و تسخیر  
 کیلئے پریشان پھرتی ہے۔ برسوں ایڑیاں رگڑتی ہے۔ آخر اس معمولی عمل سے  
 کام کیوں نہیں لیا جاتا۔ میں عرض کروں گا کہ دنیا میں یہ اسباق اور قواعد عام نہیں  
 ہیں۔ جو لوگ علم النفس کے عامل ہیں وہ پلک مارنے میں سات تفلوں کے اندر سے  
 مطلوب کو نکال لاتے ہیں اور اس قسم کی حکایات و روایات بکثرت کتابوں  
 میں آپ کو ملیں گی۔ میں مجبور نہیں کرتا کہ آپ بھی میری تحقیق سے اتفاق کریں  
 مگر میری تحقیق یہ ہے کہ یہ سب علم النفس کی گلا کاریاں اور حیرت انگیزیاں  
 ہیں۔ آپ چند الفاظ کو عمل کرتے ہیں اور اس علم میں علم النفس کا نام ہی عمل ہے  
 مجھے حروف کی تاثیرات سے انکار نہیں۔ اور میں خدا کے پاک کلام اور مقدس  
 نام کے اثر کا قائل ہوں۔ مگر ان مقدس عملیات کا دار و مدار بھی ترکیب نفس پر ہے  
 ہوتا ہے جن بزرگوں نے یہ کمال حاصل کیا ہے انہوں نے پہلے ترکیب نفس ہی کیا  
 تھا۔ اور اپنے خیال۔ عقیدے اور تصور کو مستحکم بنایا تھا میں یہ بھی اجازت  
 دیتا ہوں کہ جس جگہ میں نے مطلوب کا نام پڑھنے کو بتایا ہے۔ اس کی جگہ آپ  
 کوئی حرب کا عمل بھی پڑھ سکتے ہیں۔ مگر محبوب کا تصور دل میں جما ہے اور  
 آنکھوں کے سامنے یہ نقشہ جاری ہے کہ میری سانس کے ساتھ فلاں کھینچتا ہے اور  
**قاعدہ :-** آپ کا تصور۔ آپ کا خیال۔ آپ کا اعتقاد مستحکم ہو جائے اور  
 ہو گیا۔ اس کا ثبوت کیا ہے اور کس طرح امتحان کیا جائے کہ آپ اپنی قوت مراد میں

مالک ہو گئے ہیں۔ اگر آپ یہ کہیں کہ کسی مطلب پر چم جانے کا نام عزم صمیم ہے تو یہ صحیح نہیں۔ تلون مزاج آدمی بھی کسی لفظ پر چم جاتے ہیں۔ یہ وقتی اور عارضی استقلال ہے۔ زیر قافون علم النفس اس کا امتحان یہ ہے کہ جب آپ کا نفس آپ کے اختیار میں آجائے تو سمجھ لیجئے کہ ہم میں خود اعتمادی اور مستقل مزاجی پیدا ہو گئی اور نفس پر اختیار پانے کے حقیقت یہ ہے کہ میں نے دوران کتاب میں جہاں جہاں ضرورت پڑی ہے نفس تبدیل کرنے کی صورت بتائی ہے۔ اور جسکی سہل اور آسان ترکیب یہ ہے کہ جن حصے کو بند کرنا ہو۔ اسکو روٹی سے بند کر دو۔ روٹی سے بند کیے نفس متحرک کو غیر متحرک بنانا یہ خود اعتمادی اور نو مشقی کی دلیل ہے۔ جب آپ علم النفس کے ماہر ہو جائیں گے تو صرف اپنے ارادہ اور قوت ارادی سے اپنے نفس کو تبدیل کر لیا کریں۔ گے مثلاً آپ شمسی سرچل رہا ہے اور آپ چاہتے ہیں کہ قمری سرچلنے لگے۔ نو مشقی میں تو ترکیب یہ ہو گی کہ آپ شمسی سرچل روٹی سے بند کر دیں۔ دو منٹ میں قمری سرچلنے لگے گا۔ لیکن کتنے مشقی میں یہ حالت ہو جائے گی کہ ادھر آپ نے قمری سرچل خیال کیا اور ادھر قمری سرچلنے لگا۔ جب یہ قوت پیدا ہو جائے تو آپ سمجھ لیں کہ اب ہم استاد ہیں اپنی قوت ارادی کے مالک ہیں۔ پھر جس چیز کا خیال آپ کے دل میں پیدا ہو گا وہ ہی چیز ویسی ہی ہو جائے گی جیسی خیال کی ہے اسی کا نام سمبھیزم ہے۔ اور علماء اس درجے کو ولایت۔ کرامت اور معجزہ کہتے ہیں (میں بذاتہ کرامت اور معجزہ کو عطیہ الہی تصور کرتا ہوں) دنیوی طریق پر اس کا امتحان اس طرح کیا جاسکتا ہے کہ آپ کسی بات کے عادی ہیں مثلاً آپ کو عادت ہے کہ آپ حقہ یا سگریٹ کثرت سے پیتے ہیں۔ یا پان کثرت سے کھاتے ہیں غرض کسی شے کی ایسی عادت ہے کہ بخوشی دیر نہ ملے تو آپ مضطرب ہو جائے ہیں۔ یہ سب بے اعتمادی اور غیر مستقلی کی دلیل ہے مستقل مزاجی اور خود

اعتمادی اس کا نام ہے کہ آپ ایک دم اس عادی شے کو ترک کر دیں اور آپ کے دل میں اس کا خیال بھی پیدا نہ ہو۔ نہ کوئی تکلیف ہو نہ پر سبیل تذکرہ میں اپنا واقعہ عرض کرتا ہوں کہ میں پان کثرت سے کھاتا ہوں۔ بچپن سے اس کی عادت ہے۔ تھوڑی دیر نہ ملنے سے میرے حواس گم ہو جاتے ہیں۔ جب میں یکم جنوری ۱۹۳۶ء میں سفر حجاز پر روانہ ہوا تو مجھے معلوم تھا کہ حجاز میں پان نہیں ملتے۔ میں نے بہت سے پان سکھا کر ایک تھیلے میں رکھ لئے تھے۔ میں بمبئی تک پان کھاتا رہا۔ جب حجاز میں سوار ہوا تو خیال آیا کہ یہ پان دو چار دن رہ سکیں گے اور پھر مل نہیں سکتے۔ اس سے بہتر یہ ہے کہ جس شے کو مجبوراً چار دن کے بعد ترک کر دینا ہے آج ہی اپنی خوشی سے ترک کر دو۔ میں نے سب پان سمندر میں پھینک دیئے۔ اور خیال کر لیا کہ میں پان کھانے کا عادی ہی نہیں ہوں۔ سفر حجاز کے تین ماہ میں ایک پان بھی میں نہ کھایا اور نہ مجھے کوئی تکلیف ہوئی۔ لوٹتوں کو جدہ شریف میں ایک جگہ میں نے فروخت ہوتے دیکھے۔ میں نے پازوں کو نظر بھر کر بھی نہیں دیکھا نہ میرے دل میں خواہش پیدا ہوئی۔ لیکن اس قدر خامی مجھ میں رہی کہ جب واپس میں کراچی پہنچا تو پھر پان کی تمنا پیدا ہو گئی۔ حتیٰ کہ وہیں سے میں نے حسب سابق پان کھانا شروع کر دیا۔ اگر میں ہندوستان پہنچ کر بھی اپنے ارادے میں مستقل رہتا۔ تو مجھ میں قوت ارادی بدرجہ اتم ہو جاتی۔ خواہش اور تمنا دل کی ایک لہر کا نام ہے۔ مادہ ایک برقی قوت ہے جو منفی اور مثبت سے ملکر اپنی شعاع پیدا کرتی ہے۔ اب میں اس کی ترکیب بتاتا ہوں جس سے قوت ارادی پیدا ہوتی ہے۔ جب آپ کے دل میں کوئی خیال پیدا ہو اور کسی شے کی تمنا اور خواہش پیدا ہو۔ لیکن آپ کو اس کام میں نقصان ہے آپ کا دل نہیں چاہتا کہ اس کام کو کریں مگر اقلئلے طبیعت سے مجبور ہیں تو اس کی صورت یہ ہے کہ شمسی یعنی داہنے نچھٹے کو انگلی سے بند کریں اور قمری یعنی بائیں نچھٹے سے ہوا

زور سے اندر کو کشید کریں۔ اور فوراً قمری ستر کو انگلی سے بند کر کے شمس ستر سے سوا کو باج کر دیں اور چند منٹ بالکل خاموش رہیں۔ کسی سے بات نہ کریں۔ زیادہ سے زیادہ دس مرتبہ یہ عمل کریں یعنی قمری سے سانس اندر کو کشید کریں اور شمس سے باہر نکالیں اب آپ دیکھیں گے کہ وہ خیال بالکل گم ہو چکا۔ آپ بالکل مطمئن ہیں اور اس کام کے نہ کونیکے خیالات آپ کے دل میں جمع ہو گئے اور آپ اس کام کو قطعی چھوڑ چکے۔ اب آپ اپنے دل کو ٹھولیں گے تو صاف نظر آئے گا کہ یہ کام مناسب نہیں۔ یہ چند منٹ کی مشق ہے۔ جب جی چاہے اس کی آزمائش کریں۔ اور یہ علم انفس خاص اثر اور کارنامہ ہے اور صرف اسی شق سے آپ اندازہ کر سکیں گے کہ علم انفس کقدر زبردست اور حکمتوں سے بھرپور اعظم ہے اور اس میں اس قدر برقی قوت قدرت نے پوشیدہ کر دی ہے۔

علم انفس پر میں نے دو ایک کتابیں مفصل دیکھی ہیں۔ ان بزرگوں نے ایسے ایسے فوائد سے صفحات پر کئے ہیں کہ میرا خیال ہے کہ شاید آج تک بھی کسی نے ان پر عمل نہ کیا ہو۔ پھر ایسے مسائل کا ذکر جتنا کرنا دشوار ہو بیچارہ ہے۔ اس لئے میں نے ان مشکل مقامات کو نکال دیا۔ دوسری وجہ یہ بھی ہے کہ میری کتاب ابتدائی طالب علم کیلئے ہے۔ اور جب طالب ان مقاصد و قواعد پر جلدی ہو جائے گا تو اس کا شوق خود رہبری کر کے اتمائی مقام تک پہنچا دیگا۔ شوق اور سہولت کہ باشندہ ہر سے دربار نیست اگر میری اس تصنیف کو قدر کی نگاہوں سے دیکھا گیا اور نہ اسے برتر و توانائے اسے جامع قبولیت عطا فرمایا۔ اور اہل ذوق و شوق نے غمزدہ ہلے من فرید لکھایا تو میں اس کا دوسرا حصہ بھی لکھ دوں گا جس میں گہرے نکات اور فوائد بیان ہوں گے۔

**قاعدہ -** اپنے خیال اور عقیدہ کو مستحکم کرو۔ دنیوی خیالات اور پریشان

لقورات سے دلی میں اطمینان پیدا کرو۔ اور نہایت سکون اور آرام سے بیٹھو۔  
 تمہاری نشست پانچ کی ہو۔ اپنے سینہ کو اُبھارو۔ خوب سیدھے ہو کر بیٹھو۔ کمزریں  
 مقبول نہ آنے دو اپنی زبان کو تالو سے خوب چپا کر لو۔ اور اپنے دل میں  
 تصور کرو۔ کہ ایک شمع جل رہی ہے۔ یہ تصور کرتے ہوئے سترتبہ یہ عمل دل سے  
 پڑھو (زبان تو تالو سے چسپیدہ ہے) **نَوَيْتُ عَلَى نَوْرٍ يَا نَوَيْتُ اَهْدِنِي عَلَى النُّوْرِ**  
 اس مشق اور عمل کا اثر یہ ہو گا کہ چند روز میں آپ کے دل میں وہ نور کی وسعت  
 ہو گی کہ غرض و کرسی لوح و قلم ماکان مایکون آپ کے دل کی وسعت میں جلوہ گر  
 ہونگے اور تصور ہے ہی دن میں یہ کیفیت قال سے حال میں آجائے گی۔ ۷  
 دل کے آئینہ میں ہے تصویر بیکار جب ذرا گردن جھکائی دیکھو  
 جب آپ اس مشق کو اکیس دن کر چکیں گے تو آپ دیکھیں گے کہ شیخ آپ کے  
 پاس ہے دست خیب آپ کے پاس ہے۔ پھر دوران مشق میں جس شے کا جس  
 مقصد کا تصور کرو گے پلک مارتے ہیں حاضر ہو گی۔

**قاعدہ ۱۔** علی الصبح طلوع آفتاب کے وقت کسی اونچی جگہ یا میدان میں  
 مشرق کی طرف منہ کر کے کھڑے ہو کر منہ سے گہری اور لمبی سانس پھینکیں اور  
 اور بعد ازاں منہ بند کر کے ناک کے راستہ سے ہوا خارج کریں۔ اس عمل کو کم از  
 کم دس مرتبہ روزانہ کریں۔ دائمی نزلہ۔ درد سر۔ اور زکام کے واسطے اکیسری  
 علاج ہے۔ ابتدائی تپ و دق اور بخیمیاں پڑوں کے نقصان کو رفع کرتا ہے۔ بخوک  
 کھنٹی ہے۔ چہرہ مازنگ صاف ہوتا ہے۔ اور بہت سے ضمنی فوائد حاصل ہوتے  
 ہیں ۛ

**قاعدہ ۲۔** ہوا کے اجزاء میں۔ پانی اور غذا کئے ذرات بھی ہوتے ہیں  
 اور وہ جزد بدن ہو جاتے ہیں جو اصحاب جس دم کی مشق معذنی قلب کے طریق پر

کرتے ہیں ان کی غذا کم ہو جاتی ہے۔ لیکن توانائی اور قوت میں اضافہ ہوتا جاتا ہے  
چہرہ سرخ اور آنکھوں میں روشنی پیدا ہوتی ہے اور اسکی وجہ یہ ہے کہ ہوا میں  
جو اجزاء غذا کے شامل ہوتے ہیں وہ جو ہر ہوتا ہے یعنی اس میں فضلہ نہیں ہوتا  
اور یہ اجزاء کلیتہً جزو بدن ہوتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ نغز اور عبادت گزار  
اصحاب غذا کم کھاتے ہیں اور قوت زیادہ ہوتی ہے بعض اصحاب نے بطریق  
تجربہ صبح و شام چار چار گھنٹہ میدان یا باغ میں جا کر صاف ستھری ہوا کھائی  
اور چالیس چالیس دن تک کچھ کھایا پیا نہیں۔ لیکن وہ زندہ رہے صرف  
اس قدر ضرور ہو کر انکا وزن کم ہو گیا۔ یعنی خون کی مقدار جسم میں کم ہو گئی  
لیکن ہمت اور حوصلہ نیز جستی و چالاکی میں ترقی ہو گئی۔ اور خیالات فاصلہ سے دل  
وماغ فانی ہو گیا۔ انکا جسم ایک نور کا پتلا بن گیا۔

**قاعدہ :-** دل کی دھڑکن سے ایک بار ایک آواز پیدا ہوتی ہے جو ہم  
سُن نہیں سکتے۔ بعض بزرگوں کا قول ہے کہ یہ آواز گھڑی کی آواز کی طرح  
ہوتی ہے۔ لیکن دیگر آوازوں کی طرح حمل اور بے معنی نہیں ہے بلکہ بامعنی  
ہے اور اس میں قدرت کے اسرار کا اظہار ہوتا ہے بعض اصحاب کا بیان ہے  
کہ آواز ایک پرند ہے وہ خاص طریق پر بولتا ہے جس میں قدرت کے اسرار  
نمایاں ہوئے ہیں اور یہ بہت مشہور ہے۔ اور لو پرندے کے متعلق بہت سے  
افسانے مشہور ہیں۔ واللہ اعلم انکی کیا حقیقت ہے لیکن آوازوں کی  
حقیقت کچھ ہو یا نہ ہو مجھے اس سے بحث نہیں اگر آپ اسرار باطنی کی آواز  
سننا چاہتے ہیں تو خود آپ کے دل کی آواز قدرت کا گراموفون یا لکڑی کا  
ہے دل کانکشن اسرار قدرت اور گنجینہ فطرت سے ملا ہوا ہے۔ اگر آپ کو  
عالم باطنی کے افسانے سننے کا شوق ہے تو آپ آگ میں تلاش کیوں کرتے ہیں خود

اپنے دل کی آواز سنیں۔ آپ کا دل قدرت کا مکمل باجہ ہے اُس کی صورت یہ ہے کہ اپنے دونوں کانوں کے سوراخوں کو روٹی سے مضبوط کر لیں۔ تاکہ بیرونی آواز مطلق سنائی نہ دے اور ایک گوشہ میں سر جھکا کر بیٹھ جائیں مگر بالکل ساکن ساکت ہو کر بیٹھیں اور اپنے دل کی طرف توجہ کریں۔ منہ سے لمبی سانس زور سے سینہ میں بھریں اور ناک کے ذریعہ خارج کریں۔ چند دن کی مشق میں دل کی دھڑکن کی آواز آپ کے کانوں میں آنے لگے گی۔ پھر چند یوم کے بعد کبھی جیسی آواز کا احساس ہونے لگے گا۔ پھر چند دن کے بعد آپ تلفظ سمجھنے لگیں گے۔ پھر صاف اور واضح باتوں کی آواز آپ کے کانوں میں آنے لگیں گی۔ اور جو کچھ عالم باطن میں ہو رہا ہے آپ وہ ہی دل سے سن دین سننے لگیں گے اور وہ اس طرح ہے کہ عالم باطن کی مکالموں کو دل کی مشین جذب کرتی ہے اور وہ ہی دہرائی ہے جو عالم غیب سے جذب کیا ہے۔ مگر ہم دنیا کی ہادہوں میں اسے سن نہیں سکتے۔ اگر آپ اس کی مشق کرینگے تو چند یوم میں آپ کا دل وہ سب کچھ سنا دیا کرے گا جو عالم غیب میں ہو رہا ہے (دل کی آواز بتدیجے یا معنی ہو جاتی ہے۔ بعض اصحاب نے ان آوازوں کی مفصل کیفیت بیان کی ہے مگر میں اسے سوائے لطف سخن کے اور کچھ دقیق نہیں سمجھتا۔ مجھے صرف اسی قدر تحقیق ہے کہ ابتداء میں آواز کبھی کی آواز کی طرح آتی ہے اور بتدیجے یا معنی بنتی جاتی ہے جو صاحب اس مشق کو کریں۔ ان کو لازم ہے کہ جب غیب کی خبریں ان کو ملنے لگیں تو اس کا ذکر کسی سے نہ کریں ورنہ نقصان پائیں گے۔ بس خود ہی لطف اندوز اور دنیا کے امرا پر واقف ہونے رہیں اور یہ ایک ایسا لطف ہے کہ اس کا عامل دنیا کی باتوں سے بے نیاز ہو جاتا ہے اور جب وہ عامل بن جاتا ہے تو کانوں کو بند کرنے کی بھی ضرورت نہیں رہتی۔ پھر ہر وقت دل کی آواز سنائی



دینی رستی ہے ؟

**قاعده :-** جس دم کی ابتدا میں عامل پر نیند کا غلبہ ہوتا ہے اور جب وہ تصور میں مجھوتا ہے تو نیند کے جھونکے آتے ہیں۔ یہ حقیقت میں نیند نہیں ہوتی بلکہ سکون اعضا کا ایک کیف ہوتا ہے۔ نیند تو قدرت نے ایک معینہ وقت پر رکھی ہے۔ آپ نے اکثر تجربہ کیا ہوگا کہ آپ آنکھیں بند کئے لیٹے ہیں اور ایک نیم بیہوشی طاری ہے۔ آپ باتوں کی آوازیں سن رہے ہیں۔ آنے جانے والوں کے پاؤں کی چاپ سنتے ہیں مگر بظاہر سو رہے ہیں۔ کو حقیقت میں نیند نہیں کہہ سکتے بلکہ سکون اعضا ہے۔ چونکہ جس دم کی مشق اور تصورات کے پختہ کرنے میں اعضا کو بے حد سکون حاصل ہوتا ہے۔ اس لئے خواب کی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ لیکن یہ کیف ابتدا میں ہی ہوتا ہے۔ چند روز کے بعد یہ طاقت بدل جاتی ہے اور آپ مشق میں بالکل ہوشیار رہ سکتے ہیں۔ متصفین نے ان مقامات کو چند در چند تقاسیم سے ایسا ناخیل مسئلہ بنا دیا ہے اور میں اسے کوئی دقیقہ نہیں سمجھتا۔ یہ تقاسیم کیا ہیں ان کو میں ایک واضح مثال سے بیان کرتا ہوں۔ ہم کو ایک مقام سے دوسرے مقام تک جانا ہے اور درمیان میں فاصلہ مثلاً دس میل کا ہے۔ اب ایک مسافر چلا اور مقام مقصود کو پیش نظر رکھ کر راستہ طے کرنا شروع کر دیا۔ راستے میں چل بھی لے۔ عمارتیں بھی ملیں۔ مڑکے موڑ بھی لے۔ درخت بھی لے۔ غرض کہ چند در چند مقامات طے۔ مسافر سب کو طے کرنا ہوا منزل مقصود پر جا رہا ہے۔ کتابوں کے مولفین نے کیا کام کیا ہے کہ اس راستہ کے ہر ہر قدم کا نشان دیا ہے کہ فلاں جگہ عمارت ہے۔ فلاں جگہ چل ہے۔ فلاں جگہ فلاں درخت ہے۔ اور فلاں جگہ فلاں درخت ہے۔ اس سے سوائے طول کلام کا اور کوئی خاص فائدہ نہیں۔ البتہ اس کی ضرورت ہے کہ اس راستہ کے دو چار مقامات

پتے دیدئے جائیں تاکہ مسافر منزل مقصود پر سیدھا چلا جائے اور راستے میں بکے نہیں اس کی کیا ضرورت ہے کہ ہم ہر شان راہ اور ہر قدم کے فاصلہ کو بتائے جائیں۔  
قدم قدم کا نشان بتانا سوائے طول کلام کے کوئی مفید نہیں۔ جب عامل جس دم کی مشق شروع کرتا ہے تو جو علامات ابتدائیں ظاہر ہوتی ہیں ان پر خود ہی عبور کرنا چاہا جاتا ہے۔ اصل شے علم النفس میں جس نفس ہے۔ جب آپ اپنی سانس کے روکنے پر قادر ہو جائیں گے وہ سب کیفیات سامنے آنا شروع ہو جائیں گی۔

**قاعدہ :-** حضرت شیخ سعدی علیہ الرحمۃ نے گستاخ میں ایک شعر تحریر فرمایا ہے جو یہ ہے :-

اذا ان مار بر پائے راغی زند کر تر سد سرش را بکبد ز جنگ  
یعنی سانپ اس لئے پاؤں میں کاٹتا ہے کہ اس کو اس بات کا خوف ہے کہ کہیں یہ میرا سر نہ کچل دے۔ اگر سانپ کے دل میں اپنے مارے جانے کا خوف نہ ہو تو پھر وہ بھی کسی کو مارنے کی سعی نہ کرتا۔ اس شعر میں علم النفس کے قاعدہ قدیم (دہنسا کا ذکر ہے جس سے یہ مراد ہے کہ کسی کو تکلیف نہ دو۔ جب آپ کسی کو تکلیف نہ دیں گے۔ وہ بھی آپ کو تکلیف نہ دیگا۔ اسی قانون کے ماتحت ہم دیکھتے ہیں کہ بعض بزرگوں کو سانپ سے۔ شیر سے اور دیگر درندوں سے کوئی خوف نہیں ہوتا۔ اور نہ وہ ان سے خوف، کھلتے ہیں۔ آپ یہاں شاید یہ اعتراض پیدا کریں کہ مثلاً شیر کسی کو جذبہ خوف یا انتقام کے ماتحت نہیں پھاڑتا۔ بلکہ وہ اپنی غذا کے لئے پھاڑتا ہے۔ اس اعتراض کا جواب میرے بیان میں آجائے گا۔  
ایک سانپ آ رہا ہے۔ ہمیں اس کے مارنے کی ضرورت نہیں۔ لیکن وہ خوفزدہ ہے تو اس کے خوف کو ہم کس طرح دور کریں۔ اور کس طرح اس کے دل میں ڈالیں کہ ہم تیرے دشمن نہیں بلکہ دوست ہیں۔ اس کے لئے آپ کو یہ تسلیم کرنا پڑے گا کہ

حیوانات میں اپنے دوست اور دشمن کا احساس ہے۔ ایک پرند اپنے ہم جنس اور غیر  
 منکلف پرند سے خوف نہیں کرتا۔ مگر جو پرندے اس کے کھابانے والے ہیں ان کی  
 صورت دیکھ کر اڑتا ہوا ہے۔ جس کے یہ معنی ہیں کہ حیوانات میں احساس ہے اور  
 سمریزم کے قواعد نے یہ مسئلہ حل کر دیا ہے کہ انسان اپنے خیالات کا اثر دوسروں پر  
 ڈال سکتا ہے اور اپنے خیال سے دوسروں کو موثر کر سکتا ہے۔ سمریزم میں جن صحابہ کا  
 مشق بڑھی ہوئی ہے وہ اکیلے تمام انجمن اور محفل کو موثر کر دیتے ہیں۔ جب آپ قلعہ  
 تصدیع کی مشق شروع کریں گے تو آپ میں اس قدر قوت پیدا ہو جائے گی کہ آپ  
 ہر عاقل اور لایعقل کو موثر کر سکیں۔ چونکہ آپ قاعدہ تصدیع پر عامل ہو رہے  
 ہیں اور آپ کے قلب میں رحم کے جذبات پیدا ہو چکے ہیں۔ اس لئے جو خونخوار  
 اور آپ کا دشمن سامنے آئیگا۔ آپ اپنی برقی قوت سے اس کو اپنے اوپر رحیم  
 بنا سکیں گے۔ اب نہ شیر آپ کو ستائیگا۔ نہ سانپ کاٹے گا۔ بلکہ سب آپ کے دست  
 بن جائیں گے۔ (تصدیع یعنی اہنسہ کسی کو تکلیف نہ دینا) اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اول تو  
 ظاہری طریق پر اپنے آپ کو دوسروں کی تکلیف دینے سے روکیں (ما تھ سے  
 زبان سے۔ غرض کہ ہر ہر عضو سے یہ حرکت نکال دیں جس سے کسی کے دل کو تکلیف  
 پہنچے اور مختصر طریق پر یہ کہ قصد کر لیں کہ میں کسی کی تکلیف نہیں دوں گا چاہے وہ  
 میرا دشمن ہی ہو۔ ظاہر کا اثر باطن پر پڑتا ہے اور زیر علم النفس اس کی مشق کا  
 قاعدہ یہ ہے کہ آپ بستر پر خوب آرام سے لیجے ہو کر لیٹ جائے۔ شمسی سر کو  
 روٹی سے بند کر لیجئے اور قمری سر کو جاری کیجئے۔ اور منہ کے ذریعہ سے ایک لمبی  
 اور گہری سانس سینہ میں بھرئے۔ اور قمری سر کے ذریعہ سے آہستہ آہستہ باہر کو  
 نکالئے۔ اس کا لحاظ رہے کہ سانس اندر کی طرف کشید زور سے کریں اور باہر  
 آہستگی سے نکالیں (قمری سر سے) اور تصور کریں کہ میں ظلم۔ ستم۔ زور اور

لقد یلع کو اپنے قلب سے باہر نکال رہا ہوں۔ یہ شق روزانہ تیس منٹ کیجئے اس شق میں ایسا سکون اور اطمینان حاصل ہوتا ہے کہ آپ اس ذوق میں خود ہی بہت دیر تک مشق کرتے رہیں گے۔ چند روز میں آپ کا دل اس قدر صاف ہو جائے گا کہ دنیا میں کسی کی طرف سے آپ کے دل میں غصہ اور کاوش نہ رہی ہر شخص کے واسطے آپ کے دل میں رحم ہوگا۔ اب جو شخص اور جو حیوان آپ کو دیکھے گا وہ آپ کے قلبی رحم سے متاثر ہوگا۔ اور خود اس کے دل میں جذبات رحم پیدا ہو جائیں گے۔ اور آخر کار یہ اثر ہائیک بڑھے گا کہ آپ کے سامنے بھیڑ اور بکری۔ سانپ اور رشتی برابر ہوں گے۔

**قاعدہ :-** روزہ کسی نہ کسی صورت میں تقریباً تمام مذاہب میں پایا جاتا ہے اور اسلام نے تو اسے فرائض میں داخل کیا ہے اور اس کی تکمیل کی بہت ہی تاکید کی ہے۔ علمائے اسلام نے جو وجوہ فرضیت روزہ کے بیان کئے ہیں۔ کچھ بھی مجھے اس میں یارائے دم زد نہیں۔ تاہم میں اس قدر عرض کرونگا کہ یہ دلائل اور براہین کمزور ہیں۔ مثلاً روزے کا ایک فلسفہ یہ بیان کیا جاتا ہے کہ روزہ سے بھوک اور پیاس کی قدر معلوم ہوتی ہے اور اس سخریاء اور فقراء کی ہمدردی کا جذبہ پیدا ہوتا ہے۔ کیونکہ مصیبت زدہ کی قدر وہ ہی شخص خوب جانتا ہے جو خود کسی مصیبت میں گرفتار ہو چکا ہو۔ "ولی راوی سے شناسد" اس پر یہ اعتراض پیدا ہوتا ہے کہ اگر اس وجہ کو تسلیم کر لیا جائے تو پھر تقاضائے عدل یہ تھا کہ روزہ صرف امراء اور رؤساء پر فرض ہوتا۔ وہ لوگ جو بے رمضان شریف کے بھی آئے دن فاقے میں مبتلا رہتے ہیں ان پر روزہ فرض نہ ہوتا۔ کیونکہ وہ بے رمضان شریف کے بھی بھوک اور پیاس کی قدر و عافیت سے روشناس ہوتے رہتے ہیں۔ باوجودیکہ فرضیت روزہ میں امیر و غریب کی تخصیص نہیں۔ روزہ ہر مسلمان مرد

اور عورت پر فرض ہے۔ دوسری وجہ روزے کی یہ بناٹی باقی ہے کہ روزے سے  
فاسد خون جسم کا خشک ہو جاتا ہے اور سال بھر میں جو خون کی زیادتی ہوگئی تھی  
وہ روزوں کے سبب سے پھر درجہ اعتدال پر آگئی۔ اس دلیل میں بھی وہی  
خرابی ہے کہ ایسی حالت میں روزہ ان لوگوں پر ہی فرض ہوتا جن میں خون کی  
زیادتی ہے۔ حالانکہ غرباء میں خون کی مقدار بڑھتی ہی نہیں ان کو وہ غذائیں  
اور عیش و عشرت نصیب ہی نہیں جو خون بڑھانے میں مدد و معاون ہو۔ اس قسم کی  
تاویلات اور تفسیرات کوئی حق پیدا نہیں کرتیں۔ اس قسم کے احکام میں سیدھی  
سادھی بات یہ ہے کہ حکم حاکم میں کوئی سبب خاص نہیں ہوتا اور جو ہو تو ملازم یا  
غلام کو دریاغت کرنے کا منصب حاصل نہیں۔ بس روزہ حکم الہی کہیں ہے۔ اگر  
کوئی خوبی اس میں معلوم کی جائے تو اس سے غرض تصفیہ باطن اور ذکاوت عقل ہے  
اگر روزہ میں جس دم کی مشق کی جائے تو طالب بہت جلد عرس مقصد سے سکنے

ہو جاتا ہے:

### قاعدہ:

اٹھ جاؤ۔ ضروریات سے فارغ ہو کر اور اگر غسل ممکن ہو تو غسل کر کے ورنہ منہ ہاتھ  
دھو کر (اگر مسلمان ہو تو وضو کر کے) اپنی مذہبی عبادت کرو۔ لیکن یہ سب کام  
طلوع آفتاب سے آدھ گھنٹہ قبل ختم ہو نا ضروری ہیں۔ اب نہایت اطمینان  
اور سکون سے مشرق کی طرف منہ کر کے پالتھی مار کر بیٹھ جاؤ اور اپنے شمس سر کو  
جاری کرو۔ یہ سب کام ختم کر کے یہ تصور کرو کہ آفتاب طلوع ہو رہا ہے۔ تمہارے  
خیال میں طلوع آفتاب کا اس قدر نمایاں ہو جائے کہ گویا آفتاب طلوع ہو رہا  
ہے۔ حالانکہ ابھی آفتاب طلوع ہونے میں دیر ہے (یہ شق اس وقت تک کرو کہ  
آفتاب طلوع ہو جائے) اس شق ختم ہوگئی۔ چند روز کی مشق میں (اکیس دو تین تک)

عمل

آپ کے چہرہ پر جلال - روشنی - سرخی پیلہ و شہر و مع ہو جائے گی۔ آنکھیں سرخ  
 اور بارعب ہو جائیں گی۔ اور بادشاہوں جیسا رعب تم میں پیدا ہو جائے گا  
 ہر شخص آپ کے سامنے کمروری کا اظہار کرے گا اور لوگوں کے دلوں میں آپ کی  
 وقعت پیدا ہوگی۔ اس شوق میں اس قدر قوت ہے کہ آخر میں ایسے شخص اکثر نہیں  
 بند کئے رہتا ہے یا منہ پر نقاب ڈال لیتا ہے۔ کیونکہ اس کے نظارہ آنکھیں چاندی  
 جاتی ہیں۔ کوئی اس کی طرف نظر بھر کر نہیں دیکھ سکتا۔ ایسا شخص اپنی آنکھوں سے  
 آگ لگا سکتا ہے۔ لیکن یہ واضح رہے کہ اس عمل میں گرمی بہت ہوتی ہے۔ اس  
 قاعدہ کی مشق کر نیوالا سخت سردی میں بھی کپڑا نہیں پہن سکتا۔ میں نے لاپور  
 میں ایک فقیر کو دیکھا کہ وہ سخت سردی میں بھی برہنہ رہتا تھا اور قطرات عرق  
 اس کے چہرہ پر ہوتے تھے۔ اس کی آنکھوں میں جلال تھا اور جسم نہایت قوی  
 تھا۔ لوگ کہتے تھے کہ اس نے کوئی کشتہ کھایا ہے مگر حقیقت میں وہ طلوع آفتاب کی  
 مشق کیا کرتا تھا۔ لیکن عامل کو لازم ہے کہ جب جسم میں حرارت پیدا ہو جائے تو  
 اس مشق کو چند دن کے لئے روک دے۔ ترک کر دینے سے حاصل شدہ طاقت  
 میں کمی نہیں آئے گی۔ اگر جسم میں حرارت پیدا ہونے کے بعد بھی مشق جاری  
 رکھے گا تو خوف جنون و دیوانگی ہے۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ لَا اِلهَ اِلَّا ہُوَ عَلَیْہِ تَوَكَّلْتُ  
 اِنَّکَ اَنْتَ الْعَلِیْمُ الْحَکِیْمُ۔

میں نامنفع اور احسان فراموش ہوں اگر میں اپنے محترم و مکرم جناب اسد  
 علی صاحب قبلہ مدظلہ العالی کا ذکر آخر کتاب میں نہ کروں۔ اور ان کا شکریہ  
 ادا نہ کروں۔ میرے کرم فرمانے ہر ہر موقع پر میری بیش بہا امداد کی ہے۔  
 اور زبانی نہیں بلکہ جب مجھے مجبور اور حیران دیکھا سیکڑوں روپے سے  
 میری امداد کی۔ اس کتاب کا مسودہ تیار تھا۔ لیکن جنگ کے سبب سے

کاغذ اس قدر گر اہ تھا کہ میں اس کی طباعت کا انتظام نہ کر سکتا تھا۔ میرے  
محترم نے مبلغ ایک سو روپے نقد عطا فرما کر مجھے اس قابل بنادیا کہ میں اس  
کتاب کو طبع کر کے آپ کے سامنے پیش کروں (اسی طرح ہر ہر قدم پر ان  
محترم نے امداد کی ہے جس کا مفصل ذکر میں رسالہ روحانی عالمین کرتا رہتا ہوں)  
ایزد قرائنا آپ کو آپ کی اہلیہ محترمہ کو۔ آپ کے بال بچوں کو۔ آپ کی  
شجارت کو۔ عزت کو۔ دولت کو۔ ابدال آباد تک قائم رکھے۔ یہ کتاب  
اُس وقت بھی کسی اللہ کے بندے کے زیر مطالعہ ہوگی جب شفق زمین کے  
نیچے خاک بھی ہو چکا ہوگا۔ لیکن اے پڑھنے والے اللہ کے واسطے شفق  
کیلئے دعا مغفرت کر اور میرے محسن جناب اسد علی صاحب قبلہ کے حق میں بھی  
دعا کے خیر کر (قبلہ اسد علی صاحب کا وطن تہ سورت ہے مگر آپ کے والد  
محترم کا کاروبار ملک سیام میں تھا۔ آپ نے سیام میں ہی پرورش پائی اور  
اسی جگہ مستقل آباد و باش ہے۔ گویا اب سیام ہی وطن ہے) و آخر دعا انا  
ان الحمد للہ رب العالمین والصلوٰۃ والسلام علی رسولہ وآلہ  
والہ الطاہرین و صحابہ المکرمین بوجہ تہیک یا ارحم الراحمین  
الحمد لہ کہ آج چار ماہ کی دماغ سوزی اور شب بیداری کے بعد آج ۸ ماہ  
اکتوبر ۱۹۴۱ء مطابق ۶ شوال المکرم ۱۳۶۰ھ روز شنبہ وقت صبح ۵  
بجے دن کے بعد نکلا یہ کتاب ختم ہوئی۔ تاریخ کی بھی فکر تھی جو انڈیا نل سے عالم غیب سے  
عطا ہوئی۔ قطعہ تاریخ ۵

نفوس قدس کے ہیں اسمیں اسرار ضیا پاشی میں ہے یہ رشک خورشید  
شفیق تھامہ نگوں از بہر تاریخ وہیں ہالفت پکا کا باغ ہمیشہ  
(فقیر الحاج مرزا محمد علی شفق بیاست رامپور کوچہ گلگشاں)

## بحر العملیات اردو کامل تین حصے نوٹوں کا مجموعہ

(ایک غیر مطبوعہ قلمی کتاب کا عکس)

مصنف کی ہدایت - یہ کتاب نہ کسی کو دکھانا چاہیے

اور نہ چھپوانا چاہیے... نہ کسی کو دینا چاہیے

کیونکہ اسمیں خالص جینیز ہیں اور صرف ہماری پسری  
اولاد کے لئے ہیں

حصہ اول میں عملیات کے ابتدائی قاعدے ہیں

حصہ دوم میں ہر ضرورت اور ہر کام کے عمل ہیں

حصہ سوم میں جن پر مبنی بھوت پریت کے قابو

کرنیکے عمل ہیں اور علم جعفر کا قاعدہ بدوح یلن کا حل ہے

صفحہ ۳۱ - ہدیہ - ۴۲۵ روپے  
ڈاک خرچ بذمہ خریدار مکمل تفصیلی فہرست خاکہ کے ساتھ گواہیں

کتب خانہ شان اسلام راحت مارکیٹ طرہ بازار لاہور

فون نمبر ۷۳۵۱۱۲۰